袖珍
每日禮讚

Simplified Breviary



Chinese Characters

with Phonetic Symbols

Language Study Material

序　言

自從「每日禮讚」於一九七八年出版後，已逐漸為所有的修女採用，也有不少教友用作日常祈禱手冊。但也有不少人士覺得無論是「每日禮讚」或是「每日頌禱」都有些厚重而不易攜帶，尤其在外出旅行時。同時也有不少教友希望將「每日禮讚」更加簡化，以便更多的教友能人手一冊，參與教會的祈禱。因為現代的「日課」祈禱已不再是聖職人員的「專利」，而是全體天主子民的祈禱，教會也鼓勵教友參與教會的祈禱，誦念一部分日課（參閱日課總論 27）。

這本袖珍型「每日禮讚」就是為了滿足以上的需要而編訂的。除了常用經文外，它包括：㈠四週的聖詠集；㈡季節專用部分：編入了足夠的可資變換的經文，以保持每個季節的特點；㈢聖者慶節專用部分：只編入了主要的節日（第一等慶節）及聖母和其他聖人的節日，為這些節日的經文只保留了讚主曲及謝主曲對經以及結束禱詞，如此可維持該節日的一些特色。為常年期主日也只提供了讚主曲、謝主曲對經，以及結束禱詞；㈣聖母慶節通用經文：可用於聖母慶節及特敬聖母的星期六；㈤追思亡者經文。

此外，聖詠集中只提供了晨禱與晚禱的經文，因為這兩時辰的祈禱是全部日課的樞紐，是最重要的兩部分。聖詠集中每首聖詠結束時，附加了一端「聖詠禱詞」，目的在幫助信友以現代基督徒的心情品嘗舊約聖詠的內容，可在念完每首(段)聖詠後，靜默片刻，以此禱詞作結束。

日間祈禱只提供了一式，實際上，此種祈禱亦可由其他方式的祈禱代替。一週的夜禱則全部編入。總之，為了達到簡化的目標，又為了兼顧日課豐富的內容，只能儘量保存重要的部分，而割捨次要的。

希望本書的出版能迎合旅行者及一般教友的需要，並使日課真正成為「熱心善工的泉源，與個人祈禱的滋養。」（禮儀憲章90）。

主教團禮儀委員會謹識

每日禮讚袖珍本目錄

晨禱及晚禱結構與誦念順序	1
常用經文：序經	2
季節專用讚美詩	11
聖詠集（晨禱、晚禱）	
第一週	21
第二週	89
第三週	160
第四週	227
日間祈禱	295
夜禱	299
季節專用部分	
將臨期：主日	316
平日	320
聖誕期：耶穌聖誕	336
聖家節	344
聖誕期平日	345
天主之母節	348
主顯節	349
主受洗日	350
四旬期：主日	351
平日	355
聖枝主日	371
聖週星期四	375
聖週星期五	377
聖週星期六	378

復活期：	復活節	386
	主日	390
	平日	395
	耶穌升天	411
	五旬主日（聖神降臨）	413
常年期：	聖三節	420
	基督聖體聖血節	421
	耶穌聖心節	422
	常年期主日用對經及結束禱詞	423
	基督普世君王	441
聖人專用部分		
	獻耶穌於聖殿	443
	聖若瑟節	443
	天使報喜節	444
	洗者聖若翰誕辰	445
	聖伯鐸及聖保祿兩位使徒	446
	耶穌顯容	446
	聖母升天節	447
	光榮十字聖架	448
	諸聖節	449
	追思亡者	449
	拉特郎大殿奉獻日	450
	聖母始胎無原罪	451
追思亡者日課		452
聖母慶節通用		461

通用經文

獨自念晨禱前，可唸下列禱詞：

上主，求祢開啓我的口，以讚美祢的聖名；求祢潔淨我的心靈，驅除一切無益的、邪惡的和不相宜的思想；求祢光照我的理智，灼熱我的情感，好能適當地、專心地、虔誠地向祢祈禱，並能在祢台前幸蒙垂聽。以上所求是靠我們的主基督。阿們。

（然後念讚美詩…）

晨禱讚主曲 *（路一，68-79）*

請讚美上主，以色列的天主，*
因為祂眷顧了祂的子民，
拯救了祂的民族：
　　祂在自己僕人達味的家中，*
　　為我們興起了一位大能的救主，
正如祂曾藉眾聖者的口說過，*
就是藉祂歷代的先知所作的許諾：
　　一位救主將救我們脫離敵手，*
　　使我們擺脫仇人的掌握。
祂向我們的祖先廣施仁慈，*
祂常念及祂的神聖盟約。
　　祂曾向我們的先祖亞巴郎立誓：*
　　賜我們脫離敵手，無憂無懼，
生活聖潔，行為正直，*
虔誠事主，終身不渝。
　　至於你、我兒，
　　你將稱為至高者的先知，*
　　你要作主的前驅，為祂預備道路。
使祂的百姓認識救恩，*
使他們的罪得到寬恕。
　　這是出於我們天主的慈懷，*
　　令旭日從高天向我們照耀，
光照那坐在黑暗中，死影下的人群，*
引領我們的腳步，走上平安的道路。

願光榮歸於父及子及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
阿們。

晚禱謝主曲 （路一，46-55）

我的靈魂頌揚上主，　*
我的心靈歡躍於我的救主、天主。
因為祂垂顧了祂卑微的使女，　*
今後萬代的人都要稱我有福。
全能者給我作了奇事，　*
祂的名號何其神聖。
祂對敬畏祂的人們，　*
廣施慈愛，千秋萬世。
祂運用手臂，大施神威，　*
把心高氣傲的人擊潰。
祂從高位上推下權貴，
卻提拔了弱小卑微。
祂使饑餓者飽饗美味，　*
卻使富有者空手而回。
祂扶助了祂的僕人以色列，　*
因為祂常念及自己的仁慈。
正如祂曾應許我們的先祖：　*
永久眷顧亞巴郎和他的家族。
願光榮歸於父及子及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
阿們。

晨禱及晚禱結構與誦念順序

晨　　禱	晚　　禱
1. 開端詞	
領：上主，求祢開啟我的口。 答：我的口要讚美祢。 *（序經對經及詠九四，或詠九九，見 2-5 頁）*	領：天主，求祢快來拯救我。 答：上主，求祢速來扶助我。 領：願光榮歸於父及子及聖神。 答：起初如何，今日亦然，直到永遠。阿們。（阿肋路亞。）
2. 讚美詩 *（可省略）*	2. 讚美詩
3. 聖詠吟唱 *（每篇聖詠以光榮頌結束，然後，可重複對經，再加念聖詠禱詞）*	
1. 對經一：晨禱聖詠 *2.* 對經二：舊約聖歌 *3.* 對經三：讚美聖詠	*1.* 對經一：聖詠 *2.* 對經二：聖詠 *3.* 對經三：新約聖歌
4. 短讀經 *（可選讀較長讀經）* *（默禱）*	
5. 對答詠	
6. 讚主曲對經、讚主曲 *（路一 68-79）*	6. 謝主曲對經、謝主曲 *（路一 46-55）*
（讚頌）　7. 禱詞　*（求恩）* 天主經 *（不念阿們）*	
8. 結束禱詞	
9. 結束詞 *（無神父主禮或個人誦念時之結束詞：）* 願全能的天主降福我們，保護我們免於災禍，引領我們到達永生。阿們。	

常用經文

序經

每天日課開始應先念此禱詞，然後再念「晨禱」。

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

然後念「聖詠九四首」及其「對經」。先以對經開始，然後在每一詩節後重複對經。個人誦念日課時，只在念聖詠前念一次對經即可，不必在每一詩節後重複。

聖詠第九四首可由聖詠第九九、六六或二三首取代。但如果取代聖詠第九四首的聖詠在繼續念下去的日課中出現，則應念聖詠九四首。

常年期主日及平日的「對經」，見聖詠集。季節專用的對經，為了方便起見，特將較多用的對經排印於下。

序經對經

季節專用

將臨期

截至十二月十六日：
請大家前來朝拜主一 即將來臨的君王。

自十七日至二三日：
主已經來近了，請大家前來朝拜。

二四日：
今天你們要知道，主就要來到，明晨你們將看到祂的榮耀。

聖誕期

主顯節前：
基督為我們誕生了，請大家前來朝拜。

主顯節後：
基督出現在我們面前，請大家前來朝拜。

四旬期

包括聖週：

主基督為我們接受了考驗和苦難，請大家前來朝拜。

任選，聖週除外：

你們今天要聽從上主的聲音，不要固執倔強。

復活期

升天節前：

主真復活了，阿肋路亞。

升天節後：

主基督曾許給我們派遣聖神，請大家前來朝拜，阿肋路亞。

常年期

第一及第三週

主日：

請大家前來向上主歡呼，向拯救我們的天主歌舞。

星期一：

請大家一起到上主面前感恩讚頌。

星期二：

請大家前來朝拜偉大的君王上主。

星期三：

請大家前來朝拜，創造我們的上主。

星期四：

請大家前來朝拜上主，因為祂是我們的天主。

星期五：

請大家讚美天主，因為祂的慈愛永遠常存。

星期六：

大地和地上的萬物屬於上主，請大家前來朝拜。

第二及第四週

主日：

我們是上主的子民，是祂牧場的羊群，請大家前來朝拜。

星期一：

請大家向上主歌唱聖詩，歡呼吟詠。

星期二：

請大家前來朝拜偉大的天主、上主。

星期三：

普世大地，請向天主歡呼，興高彩烈地事奉上主。

星期四：

請到上主面前謳歌歡呼。

星期五：

上主良善寬仁，請讚美祂的聖名。

星期六：

請大家聽從上主的聲音，進入祂的安居之所。

聖詠九四　請歌頌上主

（先念對經並重複一次）

請大家前來，向上主歡呼，
向拯救我們的磐石歌舞。
一齊到祂面前感恩讚頌，
向祂歌唱聖詩，歡呼吟詠。*（對經）*
　　因為上主是崇高的天主，
　　是超越諸神的偉大君王；
　　大地深淵都在祂的手中，
　　高山峻嶺都是祂的化工。
　　海洋屬於祂，因為是祂所創造，
　　陸地屬於祂，因為是祂所形成。*（對經）*
請大家前來叩首致敬，
向造我們的天主跪拜，
因為祂是我們的天主，
我們是祂牧養的子民，
是祂親手領導的羊群。*（對經）*

　　你們今天要聽從祂的聲音：
　　不要像在默黎巴那樣心硬，
　　不要像在曠野中瑪撒那天，
　　你們的祖先看到我的工作，
　　在那裏仍然試探我、考驗我。（對經）
我四十年之久厭惡那一世代，
我曾說：這個民族冥頑不靈，
他們不肯承認我的道路；
因此，我在盛怒之下起誓說：
他們絕對進不了我安居之所。（對經）
　　願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
　　阿們。（對經）

聖詠九九　請稱謝上主

普世大地，請向上主歡呼，＋
興高彩烈地事奉上主，※
到祂面前時載歌載舞。（對經）
　　要知道，唯有上主是天主，※
　　祂創造了我們，我們屬於祂。（對經）
我們是祂的子民，※
是祂牧場上的羊群。（對經）
　　你們要進入祂的門庭，報謝主恩，＋
　　高唱讚美詩進入祂的庭院，※
　　稱謝祂，讚美祂的聖名。（對經）
的確，上主溫良慈善，＋
祂的慈愛直到永遠。※
祂的信實世世綿延。（對經）
　　願光榮歸於父及子及聖神，※
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
　　阿們。（對經）

聖詠二三：上主臨於聖殿

「基督肉身升天，天門為祂大開。」（聖依助乃）

大地和地上的萬物屬於上主，※
世界和世上的居民歸於上主。

因為是祂將大地奠立在海洋上，※
把大地安置在江河間。（對經）

誰能攀登上主的聖山？※
誰能侍立在祂的聖殿？
是那手潔心淨，不慕虛幻的人，※
是那不發虛誓，不懷詭計的人。（對經）

這樣的人必蒙上主降福，※
必由拯救他的天主獲得報酬。
這就是那尋求上主的世代，※
那求見雅格天主聖容的子孫。（對經）

城門，請高舉你們的門楣，+
古老的門戶，請高抬門扉，※
因為光榮的君王要進入城內。
誰是這位光榮的君王？+
是那英勇大能的上主，※
是那強力作戰的上主。（對經）

城門，請高舉你們的門楣，+
古老的門戶，請高抬門扉，※
因為光榮的君王要進入城內。
誰是這位光榮的君王？※
萬軍的上主就是這位光榮的君王。
（對經）

願光榮歸於父及子及聖神，※
起初如何，今日亦然，直到永遠。
阿們。（對經）

開端詞

晨禱、晚禱

領：天主，求祢快來拯救我。
答：上主，求祢速來扶助我。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
答：起初如何，今日亦然，直到永遠。
阿們。（阿肋路亞）

「阿肋路亞」四旬期時不念。

以上開端詞在下列情形則省略：(1)如果念「序經」；(2)如果是在一時辰之後立刻接念另一時辰。

福音聖歌

以下兩首聖歌用於每天日課中，前者用於「晨禱」，後者用於「晚禱」。

讚主曲 *路一，68-79*

請讚美上主、以色列的天主，※
因為祂眷顧了祂的子民，
拯救了祂的民族；
祂在自己僕人達味的家中，※
為我們興起了一位大能的救主，
正如祂曾藉眾聖者的口說過，※
就是藉祂歷代的先知所作的許諾：
一位救主將救我們脫離敵手，※
使我們擺脫仇人的掌握。
祂向我們的祖先廣施慈恩，※
祂常念及祂的神聖盟約。
祂曾向我們的先祖亞巴郎立誓：※
賜我們脫離敵手，無憂無懼，
生活聖潔，行為正直，※
虔誠事主，終身不渝。
至於你我兒，
你將稱為至高者的先知，※
你要作主的前驅，為祂預備道路。
使祂的百姓認識救恩，※
使他們的罪得到寬恕。

這是出自我們天主的慈懷， ※
今旭日從高天向我們照耀，
光照那坐在黑暗中、 死影下的人群， ※
引領我們的腳步， 走上平安的道路。
願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
起初如何， 今日亦然， 直到永遠。
阿們。

謝主曲 *路一，46-55*

我的靈魂頌揚上主， ※
我的心靈歡躍於我的救主、 天主。
因為祂垂顧了祂卑微的使女， ※
今後萬代的人都要稱我有福。
全能者給我作了奇事， ※
祂的名號何其神聖。
祂對敬畏祂的人們， ※
廣施慈愛， 千秋萬世。
祂運用手臂， 大施神威， ※
把心高氣傲的人擊潰。
祂從高位上推下權貴， ※
卻提拔了弱小卑微。
祂使饑餓者飽饗美味， ※
卻使富有者空手而回。
祂扶助了祂的僕人以色列， ※
因為祂常念及自己的仁慈。
正如祂曾應許我們的先祖： ※
永久眷顧亞巴郎和他的家族。
願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
起初如何， 今日亦然， 直到永遠。
阿們。

天主經

晨禱與晚禱中， 念完禱詞後結束禱詞前， 應念天主經。 開始前可加念簡短導言， 如彌撒中的： 「我們既遵從救主的訓示， 又承奉祂的教導， 才敢說： 」 *或其他類似語句。*

我們的天父， 願祢的名受顯揚； 願祢的國來臨； 願祢的旨意奉行在人間， 如同在

天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

念天主經以後，立刻念「結束禱詞」，不念「請大家祈禱」。常年期平日日課的「結束禱詞」均見聖詠集；其他時期日課，則見專用部份。

結束禱詞

晨禱與晚禱用長式結束語：

以上所求是靠祢的子，我們的主天主、耶穌基督，祂和祢及聖神，永生永王。

（如果直接向基督祈禱，則結束語如下：）

祢是天主，和聖父及聖神，永生永王。

（如果禱詞結束部份提到基督，則結束語如下：）

祂是天主，和祢及聖神，永生永王。

*對結束禱詞答覆：*阿們。

將臨期、聖誕期、四旬期、復活期中每日的專用禱詞用作每時辰的結束禱詞，夜禱除外。常年期主日的專用禱詞也是如此；但常年期平日的結束禱詞均見聖詠集。

聖人慶日和節日的專用禱詞用作每時辰的結束禱詞，但夜禱除外。聖人紀念日的專用禱詞只用作晨禱與晚禱的結束禱詞。

結束詞

晨禱、晚禱

（如日課由神父或執事主持，同時並不立刻接念其他部份，則用以下方式結束：）

領：願主與你們同在。
答：也與你的心靈同在。
領：願全能的天主、聖父、聖子、聖神降福你們。
答：阿們。

（遣散詞）

領：　祝大家平安！
答：　感謝天主。

（如果無神父或執事主禮，或者個人誦念日課時，則結束如下：）

願全能的天主降福我們，保護我們免於災禍，引領我們到達永生。阿們。

夜禱

（降福式結束如下：）

願全能的上主使我們圓滿地結束這一天，恩賜我們一夜平安。
答：　阿們。

（降福後以聖母曲作結束）

季節專用讚美詩

（常年期讚美詩見聖詠集）

將臨期

一、用至十二月十六日止

晚禱

1. 基督， 祢創造了群星，
祢是永恒的光明， 照耀信眾；
祢是萬民的救主， 請垂聽虔誠的禱聲。
2. 死神在人間作威， 撒下毀滅的陰影；
上主大開慈懷， 妙手回春，
解除罪人的悲痛， 亡者得復生。
3. 夜幕低垂， 大地一片寧靜；
童貞聖母玉潔冰清， 將基督帶到人間；
新人降世， 舉世重享和平。
4. 仰望基督的大能，
萬有莫不屈膝， 叩拜欽敬；
天上人間， 表現耿耿赤誠， 同聲歌頌。
5. 世紀末的裁判， 神聖的救星，
我們滿懷信心， 向祢呼求，
及時解救我們， 遠離仇敵的欺凌。
6. 基督， 大慈大悲的君王，
願祢與聖父， 及賦予生命的聖神，
同享光榮， 世世無窮。 阿們。

晨禱

1. 報曉的晨鐘清澈響亮， 衝散黑暗的威脅，
使睡魔遠颺， 基督將來自天鄉。
2. 污染的心靈， 重見神光；
救星已經出現， 萬事吉祥。
3. 清除罪債， 天降羔羊；
我們同聲哀禱， 求主垂示慈腸。
4. 當祢再度來臨， 大地震盪；
求祢大發慈悲， 寬恕罪人，
護祐迷途的亡羊。
5. 光榮歸天父， 聖神受頌揚，
凱旋屬聖子， 萬世無疆。 阿們。

二、自十二月十七日到二三日

晚禱

1. 聖母瑪利亞，至福的童貞，
   以聖潔的慈懷，迎接救主駕臨；
2. 至聖聖言，離天父，
   到人間，爲救萬民；
3. 聖神的臨在，天上的福蔭，
   慈光照耀中，基督成人。
4. 聖母瑪利亞，你是聖殿之門，
   殿門深鎖今開啓，因爲聖子已臨近。
5. 先知預許的偉人，佳播天使傳喜訊，
   黑夜將盡時，悄然降臨。
6. 天下子民大喜慶，天使也歡欣，
   貴人屈尊就卑，拯救亡魂。
7. 基督，大慈大悲的君王，
   光榮歸於祢及父及聖神，萬世常存。
   阿們。

晨禱

1. 先知振臂高呼，預報即將來臨的基督，
   救援的歡聲四起，
   天上的恩寵帶來救贖；
2. 黎明初現，萬衆歡欣鼓舞，
   天上的福音震盪，預報上主的威武。
3. 一度來臨的救主，不是降罰的基督，
   癒我創痛洗我罪，接引萬民出迷途；
4. 再度來臨的基督，猶如晨鐘暮鼓，
   使我們常警覺，修德積善追求天福；
5. 救主降臨，天門啓開，
   聖人進入享永福，惡人卻上天無路。
6. 預許的永恆之光，預許的救世之星，
   星光普照萬物，接引我們尋求天福。
7. 基督，我們只尋找祢，
   賜我們看到祢天主性的眞貌，
   永遠瞻仰歌頌，承認祢是主。阿們。

聖誕期

一、至主顯節止

晚　禱

1. 基督，萬民的救主，聖父的獨生子，
在萬世之前，由聖父所生；
2. 基督，聖父的榮耀，照世的眞光，
萬民永恒的希望，請救世界出水火，
得享安寧。
3. 聖神顯妙化，救主成人子，
不損聖母的童貞，
聖子取人形，誕生白冷城。
4. 時光流轉，今天眞主親下凡，
離開聖父的寶座，憐憫衆生靈，
宇宙得見救星。
5. 天地與大海，芸芸衆生，救主已光臨，
普施天上恩寵，快來歡躍讚頌。
6. 十字架上聖血流盡，救恩從此無窮；
喜逢聖誕日，大家齊唱新歌，
舉世歡騰。
7. 光榮的耶穌，生自童貞的救主，
偕聖父及聖神，同享榮福，萬世無窮。
阿們。

晨　禱

1. 從日出到日暮，讓我們向基督歌唱，
祂生於童貞母，是宇宙的君王；
2. 天地的主宰自天降，不嫌奴僕的形像，
以血肉救血肉，不忍蒼生喪亡。
3. 庭院本深鎖，恩寵自天降，
貞女懷孕，人間出現新希望。
4. 聖潔處女心，作上主的殿堂，
不識夫婦的情愛，九月懷胎聖言下降。
5. 天使佳播先預言，貞女分娩，
若翰生前遇眞主，喜氣洋洋。
6. 不嫌馬槽冰涼，睡在乾草上，
弱小一嬰兒，原是天地大君王。
7. 祢是牧人的牧人，祢是萬有的主宰，
衆生讚美祢，天使鼓舞歡唱；
8. 光榮歸耶穌，生於童貞女，
偕聖父及聖神，萬世無疆。阿們。

二、主顯節以後用

自主顯節以後到主受洗日之季節日課用以下讚美詩。

晚禱

1. 奸王黑落德，
   爲甚麼怕基督的來臨？
   爲甚麼心神不安？
   祂毫無現世的野心，
   只想把天國帶到人間。
2. 異星前導，賢士不畏艱險，
   藉星光尋求眞光，獻上珍禮，
   跪拜救主前。
3. 天上羔羊受洗，人間罪污清除，
   本來一塵不染，
   降臨塵世，只爲淨化世人的罪愆。
4. 隨母參加婚筵，奇蹟初現，解惑救難，
   變水爲酒，歡樂充滿席間。
5. 耶穌，照世眞光，祢在萬民中出現，
   光榮歸於祢，偕聖父及聖神，
   直到永遠。阿們。

晨禱

1. 尋求基督的人，請舉目向上：
   那裏已出現，照耀世界的永光。
2. 異星燦爛超日月，給大地報告喜訊：
   上主取了人性，顯示無限仁慈的心腸。
3. 東方波斯三賢士，發現異星射奇光，
   喜見王者的星象，互問新君在何方？
4. 誰是這位大能的君王？星光柔順，
   俯首致敬，天地震盪。
5. 祂是衆星之星，無始無終，
   超越萬有，永遠放射光芒。
6. 上主恩許亞巴郎，世代選民的期望，
   祂是猶太的救主，祂是萬民的君王。
7. 耶穌，祢在萬民中出現，
   光榮歸於祢，偕父及聖神，萬世無疆。
   阿們。

四旬期

一、至第五週星期六止

晚禱

壹、主日用

1. 伏求仁慈的造物主，俯聽我們的祈求，
在此四旬齋期，請垂聽我們的哭訴。
2. 洞燭隱微的上主，祢熟知我們的軟弱，
我們決心投靠祢，請顯示祢的寬恕。
3. 我們自知罪孽深重，在祢台前自訟自承，
請因祢聖名的榮耀，醫治我們的病苦。
4. 藉外在的克苦，恩賜內在的自制，
使我們心靈清醒，不受罪惡的染污。
5. 榮福聖三，唯一眞主，
助祐我們生活節儉，善行豐富。阿們。

貳、平日用

1. 耶穌以身作則，當年四旬守齋，
今日命我們取法，爲解救我們的心靈。
2. 主耶穌基督，請扶助祢的教會，
賞賜悔改的精神，使我們心靈潔淨。
3. 最溫良的耶穌，寬赦我們的罪行！
我們誓死不敢再犯，
輔導我們生活慎重。
4. 救主基督，請教導我們謹守誡命，
懺悔淨化心神，
使我們分享復活節的喜慶。
5. 仁慈的聖三，萬物都應向祢致敬，
祢使我們煥然一新，
向祢唱出讚美的心聲。阿們。

晨禱

壹、主日用

1. 請大家俯首祈禱，人人呼求上主，
在審判者的座前哭訴，
平息上主的義怒。
2. 仁慈的天父，我們犯罪使祢傷心，
只因祢的慈悲無限，
不要撤消祢的寬恕。

3. 我們雖然墮落腐敗，仍是祢一手所造，
求祢大發慈悲，千萬別轉移祢的垂顧。
4. 赦免我們的罪過，增加我們的善行，
使我們今世和永遠，
時時處處歡娛上主。
5. 榮福聖三，唯一眞主，
助祐我們生活節儉，善行豐富。阿們。

貳、平日用

1. 基督，義德的太陽，
請驅散我們內心的黑暗；
深夜已去天色亮，願聖德大放光芒。
2. 祢恩賜我們四旬齋期，使我們改過遷善，
祢的仁慈容忍已久，
請速來使我們回心向上。
3. 我衆罪人罪大惡極，求賜聖寵神力，
助我痛改前非，不再歧途徬徨。
4. 白晝再度來臨，萬物欣欣向榮，
求祢革新我們的生活，
得以歡度今天的時光。
5. 仁慈的聖三，萬物都應向祢敬拜，
祢使我們煥然一新，
向祢唱出心底的讚揚。阿們。

二、聖週

晚禱

1. 君王的旌旗升起，
十字架的奧蹟大放光芒，
造生人類的大主，竟然高懸苦架上。
2. 鋒利的長鎗，無情的刺透肋旁，
血水傾流滌人罪，醫治心靈的創傷。
3. 君王流聖血，聖化了粗重的木架；
木架支持救主身，何其榮光。
4. 光榮的枝幹，高舉了贖世的代價，
木架變成聖身的天秤時，
陰府就把俘虜釋放。
5. 藉光榮的苦難，祭壇和犧牲受到頌揚，
生命死於死亡，又生於死亡。

6. 萬福十字聖架，是人類唯一的希望，
給我們帶來聖寵，醫治罪惡的創傷。
7. 至聖聖三，救恩的泉源，
藉十字架的奧蹟，救苦救難，
人間天上永頌揚。阿們。

晨禱

1. 至高無上的天主，親嘗苦膽和酸醋，
忍受唾污與鐵釘，
又被長矛刺透，
血水傾流洗淨人類的罪污。
2. 甘飴的鐵釘，甘飴的聖木，
支撐著甘飴的重量，
尊貴的十字聖架，使世界獲得救贖。
3. 苦架的硬木，尖銳的鐵釘，
請柔和地放鬆，
使君王的四肢，得到些許舒服。
4. 你高舉著救世的代價，
為瀕臨覆沒的人類，敷抹羔羊的聖血，
指出得救的坦途，準備安全的港埠。
5. 我們同聲呼求，願救贖我們的聖三，
聖父聖子聖神，世世代代，同享永福。
阿們。

三、三日慶典

聖週星期四

晚禱

1. 至聖聖體，我主聖死的紀念，
生命的活糧，我願常體味祢的芳香。
2. 我主耶穌，為人流血，洗淨罪污，
只要聖血一滴，普世得免喪亡。
3. 我願加入諸聖的行列，讚頌天主聖三，
但願早日享見天主，分享永恆的榮光。
阿們。

復活期

一、至耶穌升天節止

晚禱

1. 穿上潔白的服裝，共赴羔羊的晚宴，
渡過紅海，向基督歌頌。
2. 十字架上的犧牲，在聖祭中作我神糧，
杯中聖血供人飲用，充實天上的生命。
3. 在這逾越節的晚上，
我們不怕兇神的欺凌，
埃及王的迫害，
也不能侵犯我們的安寧。
4. 無罪的羔羊被殺害，
基督是我們的逾越節晚餐，
祂奉獻自己的血肉，做我們的無酵餅。
5. 眞實而寶貴的祭品，挫敗了陰府的蠻橫，
信友賴以得救，永生的福樂無窮。
6. 基督復活出墓穴，掃蕩黑暗，逐暴君，
爲人類重開天堂門，大獲全勝。
7. 耶穌，祢是永恒的逾越節，
到處喜氣重重，
求祢使我們再生，分享復活的光榮。
8. 光榮歸於祢，祢已戰勝死神，
偕父及聖神，永受讚頌。阿們。

復活八日慶期後也可用以下讚美詩：

1. 永恒的君王，與父同在的聖子，
祢按祢的形像，
創造了人類的始祖亞當；
2. 原祖不幸，爲惡魔所欺騙，
祢却由貞女誕生，取了人的形像。
3. 祢降生人間，使人回歸天父，
建立聖洗聖事，拯救迷途亡羊；
4. 祢自願接受苦架，傾流聖血，
洗滌人類的罪污，治癒心靈的創傷。
5. 祢又光榮的復活，獲得了天父的重賞，
我們虔誠相信，也將分享復活的榮光。

6. 祢是永恒的逾越節，到處喜氣洋洋，
求祢使我們再生，分享復活的榮光，
7. 基督，光榮歸於祢，祢已戰勝死亡，
偕父及聖神，永生永王。阿們。

晨禱

1. 曙光閃耀，歌聲在天空蕩漾，
地獄悲痛哀嚎，大地踴躍歡唱。
2. 英勇無匹的君王，粉碎了死亡的霸權，
踏破了陰府的大門，
解除了人間的悲傷。
3. 基督復活了，墳墓已空，
守卒驚慌失措，死亡不再猖狂。
4. 哀嘆與悲痛，不再飄落，
救主已經復活，天使齊聲歡唱。
5. 耶穌，祢是永恒的逾越節，
到處喜氣洋洋，
求祢使我們再生，分享復活的榮光。
6. 光榮歸於祢，祢已戰勝死亡，
偕父及聖神，永生永王。阿們。

復活八日慶期後也可用以下讚美詩：

1. 新耶路撒冷的合唱，唱出美妙的新歌，
藉適宜的喜樂，
共賀逾越節的良辰美景。
2. 常勝不敗的救主，制服了兇殘的毒龍，
復活的喜訊響起，慶人類起死回生。
3. 地獄不再猖狂，惡魔不再囂張，
勝利歸基督，四海慶昇平。
4. 我們矢志追隨基督，不怕困苦與犧牲，
英勇奮戰，才能享福在天廷。
5. 耶穌，祢是永恒的逾越節，
到處喜氣洋洋。
求祢使我們再生，分享復活的光榮。
6. 光榮歸於你，祢已戰勝死亡，
偕父及聖神，享受永福，世世無窮。
阿們。

二、耶穌升天節以後及聖神降臨日用

晚　禱

1. 造物的聖神，請降臨，眷顧祢的子民，
使祢創造的心胸，充滿天上的神恩。
2. 至高上主的恩惠，大慰人心的聖神，
祢是靈膏與溫暖，活泉與愛心。
3. 七恩的源泉，上主的右手，
祢是聖父的恩許，普施言語的奇恩。
4. 求祢光照我們的理智，
以愛火熾熱我們的心神，
藉祢的大能，堅固軟弱的肉身。
5. 驅逐仇敵遠遁，賜和平給我們，
諸害望風而逃，請領導我們勇敢前進。
6. 我們因祢認識父，因祢認識子，
我們堅信，祢是父子共發的聖神。
阿們。

晨　禱

1. 偉大的聖日，終於露出曙光，
基督，人類的希望，榮歸天鄉。
2. 祂以艱苦的奮鬥，制服了邪惡的魔王，
以勝利的成果，增添聖父的榮光。
3. 救主上升天廷，信友充滿希望，
原祖封閉的天堂，重新爲我們開放。
4. 偉大的喜慶，萬民歡騰，
貞女生子受苦難，連接人間天上。
5. 天上人間同喜樂，感謝救主大恩，
天門一次開啓，永遠爲我們開放。
6. 上升天朝的基督，使我們舉心向上，
呼求祢的聖神，賞賜神恩沛降。阿們。

常年期

晨禱、晚禱讚美詩均見聖詠集

第一週：主日

第一晚禱

領：天主，求祢快來拯救我。
答：上主，求祢速來扶助我。
領：願光榮歸於父及子及聖神。
答：起初如何，今日亦然，直到永遠。
阿們

（四旬期外加念：阿肋路亞。）
（每天晚禱皆以此方式開始）

讚美詩

1. 上主，祢創造萬有，統治宇宙，
祢使白晝燦爛光輝，黑暗適於安歇，
讓勞作者安眠無憂。
2. 當體力恢復時，再負起工作的擔子，
繼續向前走。
仁慈的上主，減輕我心靈的疲勞，
解除焦慮和憂愁。
3. 日光流逝，又近黃昏，
我們舉心向上，歌唱頌禱，
求祢大發慈悲，接引罪人回頭。
4. 我們全心歌頌，我們同聲呼求，
獻出聖潔的愛心，獻出赤子的思慕，
在上主面前，敬拜叩首。
5. 白日盡，夜將臨，
信德無所懼，信德無所憂：
上主的光明，照耀不分晝夜，
溫暖在心頭。
6. 至仁至慈的天父，俯聽我們的哀求，
偕聖子及聖神，掌管天地萬物，
同享福樂，永無盡頭。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一四零，1-9：急難中的祈禱

「乳香的烟與聖徒的祈禱，由那位天使的手中升到天主面前」（默八，4）

對經一

常年期：

上主，願我的祈禱上升到祢台前，在祢面前有如馨香。

將臨期：

請向萬民宣佈說：請看，我們的救主天主即將來臨。

四旬期第一主日：

上主，我們的天主，願我們謙卑、懺悔的心蒙祢悅納，願我們今天所作的祭獻也博得祢的歡心。

四旬期第五主日：

我要把我的法律寫在他們心中；我將作他們的天主，他們將作我的子民。

復活期：

願我雙手向祢高舉，有如獻上晚祭，
阿肋路亞。

上主，我向祢呼求，請快來拯救我，※
我向祢呼求，請俯聽我的禱聲。
　　願我的祈禱上升到祢台前，＋
　　在祢面前有如馨香，※
　　願我的雙手高舉，有如晚間的祭獻。
上主，求祢看守我的口唇，※
防衛我的唇舌。
　　不要讓我的心偏向邪惡，＋
　　與罪人同流合污，※
　　不要讓我分食他們的美味。
義人打擊我，責斥我，走出於仁愛，※
但不要用罪人的油敷我的頭。
　　罪人雖然作惡多端，※
　　我的祈禱仍不間斷。
他們的首領拋落在懸崖時，※
他們才體會到我的話如何甘飴。
　　他們的骸骨分散在陰府門口，※
　　好像耕作時翻起的碎土。
上主、天主，我的眼睛仰望祢，※
我投靠祢，不要把我拋棄。

求祢保護我，　遠離仇人的羅網，　※
　　逃脫惡人的陷阱。
願光榮歸於父，　及子及聖神。　※
起初如何，　今日亦然，　直到永遠。　阿們。

（除另有說明外，　照常例短篇聖詠和聖歌，都應加念「　願光榮歸於父」　。）

聖詠禱詞

上主，　願祢的名在普世受讚美，　從東方到西方，　直達地極；　讓我們的祈禱，　猶如乳香的芬芳，　讓我們的雙手高舉，　猶如晚祭的犧牲。　阿們。

聖詠一一四一：　*上主，　祢是我的避難所*
「　這一切在主受苦受難時都應驗了」（聖怡樂）

對經二

常年期：
上主，　祢是我的避難所，　在這人世間，　祢是我的福分。

將臨期：
請看，　上主即將來臨，　所有聖人也都伴隨著祂，　那一天將有巨光出現，　阿肋路亞。

四旬期第一主日：
那時，　你呼求上主，　祂就俯聽；　你向祂哀號，　祂必會說：　我在這裏。

四旬期第五主日：
我只以認識我主耶穌基督為至寶，　其他一切我都視為糟粕。

復活期：
為了使我讚頌祢的名，　祢把我從牢獄中救出，　阿肋路亞。

我大聲向上主呼號，　※
我高聲向上主祈禱。
　　在祂面前傾吐我的哀怨，　※
　　訴說我的苦難。
我的精神委靡不振時，　※
唯有祢認識我的途徑。
　　在我所走的道路上，　※
　　惡人給我佈下羅網。

我左右觀看，　沒有人認識我，　※
我走投無路，　也沒有人尋找我。
　　　上主，　我向祢呼號說：+
　　　「　祢是我的避難所，　※
　　　在這人世間，　祢是我的福分。　」
求祢俯聽我的哀號，　※
因為我實在無依無靠。
　　　求祢從迫害我的手中拯救我，　※
　　　因為他們強悍有力，　遠超過我。
求祢領我出離監牢，　※
讓我讚美祢的名號。
　　　祢厚待我的時候，　※
　　　義人也必擁護我。

聖詠禱詞

上主，　我們的天主，　祢是我們的希望；　我們全心信賴祢的仁慈和良善。　求使我們現在常在祢內生活，　將來與祢的諸聖永遠團聚。　阿們。

聖歌　*斐二，6-11: 論基督，　天主的僕人*

對經三

常年期：

主耶穌自謙自卑，　因此，　天主高高舉揚祂。

將臨期：

上主將在威能顯赫中來臨，　凡有血肉的都將看見祂的光榮。

四旬期第一主日：

基督為我們的罪而死，　是義者代替不義者而死，　為把我們獻於天主；　祂肉體雖被處死，　神魂仍然活著。

四旬期第五主日：

祂雖然是天主子，　仍然從所受的苦難中學習了服從。

復活期：

祂雖然是天主子，　仍然從所受的苦難中學習了服從，　成為所有服從祂的人永遠得救的根源，　阿肋路亞。

耶穌基督雖具有天主的形體，※
卻沒有將自己與天主同等的地位，
把持不捨。
　　反而空虛自己，取了奴僕的形體，※
　　降生成人，與人相似。
形態完全與人一樣，※
祂自謙自卑，服從至死，
且死在十字架上。
　　因此，天主高高舉揚了祂，※
　　賜給祂一個名號，超越一切名號；
使天上、人間和地下的一切，※
一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。
　　衆口同聲都明認耶穌基督爲主，※
　　以光榮天主聖父。

（將臨期、聖誕期、四旬期、復活期用專用讀經）

短讀經　*羅一一，33-36*

啊！天主的富饒、上智和知識，是多麼高深！祂的決斷是多麼不可測量！祂的道路是多麼不可探察！有誰知道上主的心意？或者，有誰當過祂的顧問？或者，有誰先施恩於祂，而希望祂還報呢？因爲萬物都出於祂，依賴祂，而歸於祂。願光榮歸於祂，直到永遠！阿們。

對答詠

領：上主，祢的工程何其浩繁。
答：上主…
領：萬有都是出於祢的智慧。
答：何其浩繁。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經　*見季節專用經文*

禱詞

聖父、聖子和聖神是唯一天主，我們現在一起光榮祂，謙恭地懇求祂：

上主，求祢助祐我們。

至聖上主，全能的父，求祢使我們的世界充滿正義，
— 也使祢的子民，度和平、幸福的生活。
求祢使萬民都進入祢的天國，
— 使所有的民族都能獲得救恩。
求祢使所有夫妻都順從祢的聖意，
常享平安，
— 使他們相親相愛，永不間斷。
上主，求祢報答我們的恩人，
— 也賞賜他們永生的歡樂。
求祢憐憫那些因仇恨和戰亂而喪生的人，
— 使他們進入天鄉，永享平安。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見季節專用經文*

結束詞 *見常用經文*

（以下經文除非另有指示，均為常年期通用者）

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：

請大家前來向上主歡呼，向拯救我們的天主歌舞，阿肋路亞。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨禱

領：天主，求祢快來拯救我。願光榮歸於父。起初如何。（阿肋路亞。）

（如念序經，則省去以上開端詞）

讚美詩

1. 永恒的造物主，祢使晝夜運轉，
季節常變遷，多采多姿少痛苦。

2. 晨雞報曉，旭日東方出，
給夜行人一線光亮，宛如守夜的更夫。
3. 晨星初現，黑暗即將消除，
流浪的人群，不再誤入迷途。
4. 雞鳴再起時，航海者重新振作，
風浪逐漸平復；
教會的磐石聖伯鐸，懺悔痛哭。
5. 耶穌，垂憐我罪人，救我出迷途；
只要祢一回顧，罪惡即將解除。
6. 祢是我的光明，照耀我心神，
將惡夢驅除；我要詠詩讚頌上主。
7. 基督，大慈大悲的君王，與聖父聖神，
世世代代，同享榮福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 六二，2-9: 靈魂渴慕上主

「*放棄黑夜的行為，早起尋求上主。*」

對經一

常年期：

天主，我急切尋求祢，想要看到祢的威能。

將臨期：

那一天，山嶽必將滴下醇酒，丘陵定要流下乳蜜，阿肋路亞。

四旬期第一主日：

上主，我要一生一世讚頌祢，我要因祢的名高舉雙手。

四旬期第五主日：

我的天主，祢是我的救援者。

復活期：

誰渴了，將會領取免費的生命之水，阿肋路亞。

天主，祢是我的天主，※
我急切尋求祢！
我的靈魂渴慕祢，
我的肉身切望祢，※
好像一塊乾涸無水的田地。
我在聖殿裏曾這樣仰瞻過祢，※
想要看到祢的威能和祢的榮光。

因為祢的慈愛比生命更為寶貴， ※
我的唇舌稱揚讚頌祢。
我要一生一世這樣讚美祢， ※
我要奉祢的名把雙手舉起。
我的靈魂好像飽饗了膏脂， ※
我要以歡愉的口唇讚美祢。
我在床上想起了祢， ※
徹夜不眠地思念著祢。
因為祢作了我的助祐， ※
我在祢護翼之下歡舞。
我的心神緊緊地追隨祢， ※
祢的右手時時扶持我。

聖詠禱詞

上主，祢是永光的根源，我們自曙光中尋求祢；求祢光照我們，使我們在言語上、工作上光榮祢，以我們一生的歲月不停地歌頌祢、讚美祢。阿們。

聖歌 *達三，57-88, 56:*

一切受造物應歌頌上主

「天主的眾僕人，請讚美我們的天主。」

（默一九，5）

對經二

常年期：

三人在火窯中同聲歌頌讚美說：上主應受讚美，阿肋路亞。

將臨期：

群山必在上主面前引吭高歌，茂林都要鼓掌歡慶，因為上主即將來臨，建立永遠的王國，阿肋路亞。

四旬期第一主日：

你們要永遠謳歌，讚頌天主。

四旬期第五主日：

求祢用祢的奇能拯救我們，救我們擺脫死亡的掌握。

復活期：

海洋和水泉，請朝拜創造天地的上主，阿肋路亞。

上主的一切化工，請讚美上主，※
稱揚歌頌他，直到永遠
上主的天使，請讚美上主，※
層層高天，請讚美上主。
天上所有的水，請讚美上主，※
上主的軍旅，請讚美上主。
太陽和月亮，請讚美上主，※
天上的星辰，請讚美上主。
一切雨露，請讚美上主，※
所有的風，請讚美上主。
火與熱，請讚美上主，※
寒與暑，請讚美上主。
露和霜，請讚美上主，※
凍和冷，請讚美上主。
冰和雪，請讚美上主，※
夜和晝，請讚美上主。
光明和黑暗，請讚美上主，※
閃電和雲彩，請讚美上主。
願大地讚美上主，※
稱揚歌頌祂，直到永遠。
山嶽和丘陵，請讚美上主，※
地上所有的生物，請讚美上主。
清泉水源，請讚美上主，※
海洋江河，請讚美上主。
鯨魚和水中所有的生物，請讚美上主，※
天空所有的飛鳥，請讚美上主。
所有野獸和家畜，請讚美上主，※
普世人類，請讚美上主。
以色列子民，請讚美上主，※
稱揚歌頌祂，直到永遠。
上主的眾祭司，請讚美上主，※
上主的眾僕人，請讚美上主。
義人的心靈，請讚美上主，※
聖者和心謙的人，請讚美上主。
阿納尼雅，阿匝黎雅和米沙耳，
請讚美上主，※
稱揚歌頌祂，直到永遠。
我們要讚美父、子和聖神，※
稱揚歌頌祂，直到永遠。

上主，祢在穹蒼之上，應受讚美，※
應受稱讚，應受光榮，應受頌揚，
直到永遠。

（此詩歌後，不加念「願光榮歸於父」）

聖詠一四九：諸聖賢士的歡樂

「教會的子女，新民族的子女將因他們的君王基督而歡欣踴躍。」（海西邱）

對經三

常年期：

願熙雍子民，因他們的君王而歡樂，阿肋路亞。

將臨期：

請看，有一位大先知耶穌來臨，祂將親自重建耶路撒冷，阿肋路亞。

四旬期第一主日：

上主喜愛祂的子民，祂將使善良的人榮獲救恩。

四旬期第五主日：

人子受光榮的時候已經來臨。

復活期：

所有聖者都將因祂的榮耀而歡欣鼓舞，阿肋路亞。

請你們向上主高唱新歌，※
在聖民的集會中向祂祝賀。
願以色列因他們的創造者而喜悅，※
願熙雍子民因他們的君王而歡樂。
願他們舞蹈讚美祂的聖名，※
願他們擊鼓彈琴向祂歌詠。
因為上主喜愛祂的人民，※
把勝利賜給謙卑的人。
願聖徒在所受的光榮中喜慶，※
在床榻上歡呼高詠。
願他們的口充滿頌揚天主的歌聲，※
願雙刃的寶劍掌握在他們手中，
向外邦人復仇雪恨，※
嚴厲懲罰列國異民。

用鎖鏈捆起他們的國君， ※
用鐐銬鎖住他們的縉紳；
向他們施行經上記載的判斷， ※
這是祂所有聖徒的光榮。

聖詠禱詞

請大家歡欣讚頌天主！ 因為祂是我們的創造者和救主！ 要滿懷信賴地呼求祂； 上主， 無論何時何地， 求祢眷顧我們， 愛護我們。 阿們。

短讀經 *默七, 10, 12*

救恩來自那坐在寶座上的我們的天主， 並來自羔羊！ 願讚頌、 光榮、 智慧、 稱謝、 尊威、 權能和勇毅， 全歸於我們的天主， 至於無窮之世。 阿們。

對答詠

領： 基督， 永生天主之子，
求祢垂憐我們。
答： 基督…
領： 坐在聖父之右者。
答： 求祢垂憐我們。
領： 願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
起初如何， 今日亦然， 直到永遠。
答： 基督…

讀主曲對經 *見季節專用經文*

禱詞

主基督是我們的白晝和太陽， 祂光照衆人， 祂的光永不消失； 我們現在同聲歡呼讚頌祂…

主， 祢是我們的生命和救援。
日月星辰的創造者， 祢以慈愛賞賜我們又能享受今天旭日的光輝， 我們感謝祢，
— 我們也紀念祢的復活。
求祢的聖神今天教導我們奉行祢的旨意，
— 願祢的智慧時常引導我們。
求祢使我們滿心喜樂地參與主日彌撒 — 天主子女們的聚會，
— 以祢的聖言和祭台上的聖體、
作我們的飲食。

我們的心靈深深感謝祢，
— 感謝祢無數的恩惠。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見季節專用經文*

結束詞 *見常用經文*

第二晚禱

領：天主，求祢快來拯救我。
答：上主，求祢速來扶助我。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神。
答：起初如何，今日亦然，直到永遠。
阿們。

*（四旬期外加念：*阿肋路亞）。

讚美詩

1. 創造光的天主，祢使白晝大放光明，
在新光的照耀下，
開始創造宇宙的工程。
2. 自清晨到黃昏，白晝是祢命名；
在這夜幕低垂時，俯聽我們的禱聲。
3. 當我們忘掉永生，沉溺在罪惡中，
求祢伸出援手，別讓我們失落生命。
4. 天國為我們開啟，爭取永恒的光榮；
逃避邪惡的遭遇，罪污皆洗淨。
5. 至仁至慈的天父，同性同體的聖子，
二者與聖神共融，統治天地，
萬世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一零，*1-5, 7:*

默西亞是君王也是祭司

「基督必須為王，直到把一切仇敵屈伏在祂的腳下。」（格前一五，25）

對經一

常年期：

上主由熙雍伸出祂的權杖， 祂要永遠為王， 阿肋路亞。

將臨期：

熙雍女子， 你要盡情歡樂； 耶路撒冷女子， 你要踴躍歡呼， 阿肋路亞。

四旬期第一主日：

你要朝拜上主、 你的天主， 只應侍奉祂。

四旬期第五主日：

正如梅瑟在曠野裏舉起了銅蛇， 人子也必將被人舉起。

復活期：

主復活了， 祂坐在天主的右邊， 阿肋路亞。

上主對我主起誓說：
「 祢坐在我的右邊， ※
等我使祢的仇敵， 做祢的脚凳。
　　上主自熙雍伸出祢的權杖， ※
　　祢要在祢仇敵中統治爲王。
在聖山上， 祢誕生之日，
王位就屬於祢， ※
我已經生了祢， 好像在黎明之前的朝露。
　　上主發了誓， 決不反悔： ※
　　「 祢按照默基瑟德的品位，
　　永爲祭司。 」
上主常在祢的右邊， ※
祂在發怒之日， 必要粉碎列王。
　　君王將在路旁暢飲溪水， ※
　　因此祂將挺胸抬頭。

聖詠禱詞

上主， 求祢對祢的信眾大發慈悲， 把食糧賜給敬畏祢的人， 並永遠記憶祢的盟約； 懇求祢加強我們的信德， 以祭獻的盛筵養育我們； 教導我們讚美祢、 敬畏祢， 因爲敬畏祢是智慧的開端。 阿們。

聖詠一一三， *1-8:*

天主由埃及救出以色列

「你們要知道，你們這些棄絕世俗的人，也就是出離埃及。」（聖思定）

對經二

常年期：
大地！你要在上主面前戰慄，阿肋路亞。

將臨期：
我們的君王基督就要來到，祂就是若翰預言的那要來的羔羊。

四旬期第一主日：
請看，現在就是被悅納的時刻。請看，這就是獲得救恩的日子。

四旬期第五主日：
萬有的上主是保護者和救援者，是救贖者和拯救者。

復活期：
祂將我們從黑暗的權勢下救出，移植在祂兒子的國土，阿肋路亞。

當以色列出離埃及之時，※
雅格家離開蠻夷之日，
　　猶大成了上主的聖所，※
　　以色列做了祂的王國。
海洋見勢，立刻逃走，※
約旦河也回轉倒流。
　　山嶽好似公羊跳躍，※
　　丘陵有如羔羊舞蹈。
海洋，你為什麼逃走？※
約旦，你為什麼倒流。
　　山嶽，你為什麼好似公羊跳躍？※
　　丘陵，你為什麼有如羔羊舞蹈。
大地！你要在上主面前戰慄，※
在雅格的天主面前震撼。
　　祂使磐石變成了水潭，※
　　祂使岩石變成了水泉。

聖詠禱詞

三位一體的天主，祢在祢的教會內興起了新子民—生於水和聖神的子民，這是特選的民族，王家的祭司，神聖的國度，屬於祢的子民。求祢使我們生活在祢的永光中，永永遠遠侍奉祢。阿們。

四旬期外

聖歌 *默一一九，1-2, 5-7: 論羔羊的婚筵*

對經三

常年期：

我們的上主、全能的天主已經為王，阿肋路亞。

將臨期：

主說：記著，我就要隨身帶著報酬而來，對每個人論功行賞。

復活期：

阿肋路亞，我們的主掌握了王權，我們要歡欣鼓舞讚頌祂，阿肋路亞。

阿肋路亞！
勝利、光榮和德能，屬於我們的天主，※
祂的判斷正確而又公平。
阿肋路亞！

阿肋路亞！
天主的僕人，請讚美我們的天主，※
凡敬畏祂的人，無論大小尊卑，
請讚美天主。
阿肋路亞！

阿肋路亞！
我們的上主，全能的天主已經爲王，※
我們要歡欣鼓舞，將光榮歸於天主。
阿肋路亞！

阿肋路亞！
羔羊的婚期已經臨近，※
祂的新娘也盛粧以待。
阿肋路亞！

四旬期

聖歌 *伯前二，21-24:*

天主之僕基督自願忍受苦難

對經三

第一主日：

我們現在就去耶路撒冷， 經上關於人子所記載的一切即將實現。

第五主日：

祂為了我們的過錯身受重創； 為了我們的罪孽遍體鱗傷， 我們因祂的創傷才獲得痊癒。

基督爲我們忍受了痛苦，＋
給我們留下了榜樣， ※
使你們能追隨祂的足跡。
　　祂平生從未犯罪， ※
　　從未口出欺人之言。
祂受辱罵， 從不還口；＋
祂受虐待， 也不報復， ※
只把自己交付給那公義的審判者。
　　祂身懸十字木架上， ※
　　親自承擔了我們的罪過。
使我們死於罪惡， 而活於正義， ※
你們是因祂的創傷才獲得痊癒。

（常年期以外的簡短讀經見季節專用部份）

常年期

短讀經　*格後一，3-4*

願我們的主耶穌基督的天主和父受讚揚， 祂是仁慈的父和施與各種安慰的天主。 是祂在我們的各種磨難中， 常安慰我們， 使我們能以受自天主的安慰， 去安慰那處於各種困難中的人。

對答詠

領： 上主， 祢在穹蒼之上， 應受讚美。
答： 上主…
領： 應受歌頌， 應受光榮， 直到永遠。
答： 應受讚美。
領： 願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
　　起初如何， 今日亦然， 直到永遠。
答： 上主…

謝主曲對經 *見季節專用經文*

禱詞

主基督是我們的首領，我們是祂的肢體，
現在我們歡欣踴躍地向祂歡呼：
　主，願祢的國來臨！
我們的救主，求祢使祢的教會真正成為人類合一的標記與合一力量的泉源，
— 使它更有效地領導萬民，認識真主，
　進入祢的大家庭。
求祢常常助祐我們的教宗和所有主教們，
— 並賞賜他們團結、愛德與平安的恩寵。
求祢使信徒們與祢神聖首領密切連合，
— 以生活為祢作見證，宣揚祢的天國。
求祢賞給世界和平，
— 使所有的人都能安居樂業。
求祢賞賜去世的人，在末日復活的光榮，
— 也使我們將來與他們同享永生的真福！

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見季節專用經文*

結束詞 *見常用經文*

第一週：星期一

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請大家一齊到主面前感恩讚頌。

聖詠 *第九十四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 基督， 聖父的榮耀， 出自光明的光明，
一切光明的源頭， 照耀白晝的眞光；
2. 基督， 祢是眞理的太陽，
放射永恒的光芒，
請將聖神的光輝， 撒在我們心上。
3. 永恒光榮的天父， 求祢廣施恩澤，
除去我們的罪污， 增強聖寵的力量。
4. 粉碎邪魔的爪牙， 扭轉艱難的情況，
扶弱濟貧， 天恩浩蕩。
5. 基督， 指引我心， 不離正路，
保持身心的純潔， 賜我信德堅強。
6. 信德作飲料， 基督是食糧，
歡飲聖神恩澤， 陶醉又舒暢。
7. 白晝易逝， 尤其是歡樂時光，
聖潔芬芳似清晨， 信德要堅強，
像中午的太陽。
8. 全能的上主， 請賜我生命的活力，
勇往直前， 不受黃昏的影響。
9. 日夜交替， 曙光再現，
父子聖神同是生命的曙光，
導我信眾， 奔向天鄉。 阿們。

聖詠吟唱

聖詠 *五，2-10, 12-13: 求助的晨禱*

「將聖言迎接到心內同住的人，必然永遠歡樂。」

對經一

復活期外：

上主， 清晨我向祢哀求， 祢必俯聽我的聲音。

復活期：

敬愛祢聖名的人， 將因祢而歡欣， 阿肋路亞。

上主， 求祢傾聽我的言語， ※
留意我的心曲。
　　我的君王， 我的天主， +
　　請垂聽我求助的呼聲， ※
　　上主， 因爲我向祢哀求。

早晨祢必俯聽我的聲音， ※
清早我向祢傾訴， 期待祢應允。
　　因為祢不是喜愛罪惡的天主， ※
　　惡人不能與祢同住。
狂傲的人不能在祢面前站立， ※
作惡的人， 祢必厭惡痛恨。
　　說謊不實的人， 祢必予以消除， ※
　　奸詐好殺的人， 上主一律厭惡。
我能進入祢的聖殿，
全靠祢豐富的慈愛， ※
我要滿懷敬畏之情，
向祢的聖所俯首叩拜。
　　上主、 因為仇敵在窺伺我， +
　　請引領我遵循祢的正義， ※
　　在我面前指出祢的途徑。
因為他們口中毫無眞誠， ※
他們的心中滿是毒害。
　　他們的喉嚨是敞開的墳墓
　　他們的唇舌只會諂媚奉承。
凡投靠祢的人， ※
必興高彩烈， 永遠歡欣；
　　凡愛祢聖名的人， ※
　　必蒙祢護祐， 因祢而歡樂。
上主， 因為祢只向義人賜福， ※
以仁愛作盾牌， 在他四面圍護。

聖詠禱詞

天主， 公義和聖善的根源， 祢憎恨邪惡， 唾棄僞善。 請引導祢的僕人常常侍奉祢， 在教會中賜給我們眞正的喜樂。 阿們。

聖歌 *編上二九， 10-13:*

尊嚴和光榮歸於唯一的天主

「 願我們的主耶穌基督的天主和父受讚美。 」

（弗一， 3）

對經二

復活期外：

我們的天主， 我們現在讚揚祢光榮的名號。

復活期：

上主，王權屬於祢，祢是萬君之君，阿肋路亞。

天主，我們祖先以色列的天主，※
應受讚美，從永遠直到永遠。
　　上主！偉大、能力和榮耀，
　　勝利和尊嚴，都屬於祢，※
　　因為上天下地所有的一切都屬於祢。
上主，王權屬於祢，※
祢應受舉揚，為萬有的元首。
　　富貴和尊榮由祢而來，※
　　祢是萬有的主宰。
能力和權威掌握在祢手中，※
使人強大，使人昌盛，都出於祢的手。
　　我們的天主，我們現在稱謝祢，※
　　讚揚祢光榮的名號。

聖詠 二八： ***頌揚上主聖言***

「有聲音從天上說：這是我的愛子，我所喜悅的。」（瑪三，17）

對經三

復活期外：

凡在上主庭院中的，請朝拜上主。

復活期：

上主將要登上寶座，永遠為王，阿肋路亞。

天主的子女，請讚美上主，※
將榮耀和權能歸於上主。
　　請將上主之名的榮耀，歸於上主，※
　　穿上聖潔的華服朝拜天主。
上主的聲音響徹水面，＋
天主以雷霆顯示尊嚴，※
上主臨於澎湃的水面。
　　上主的聲音具有德能，※
　　上主的聲音具有威嚴。
上主的聲音折斷了香柏，※
上主劈斷了黎巴嫩的香柏。

　　　祂使黎巴嫩像牛犢一樣跳躍，　※
　　　使息爾翁像野牛犢一樣舞蹈。
上主的聲音噴射出火舌，＋
上主的聲音震撼了原野，　※
上主震動了卡德士荒漠。
　　　上主的聲音震撼了橡樹，
　　　剝落了森林，　※
　　　凡在祂殿中的，都齊聲高呼「光榮」！
上主高居於洪水之上，　※
上主將永遠安坐為王。
　　　上主將勇力賞給祂的百姓，　※
　　　上主以平安賜與祂的民眾。

聖詠禱詞

上主，祢的聲音響徹水面，我們藉著聖寵活水的恩賜在基督內重生；求祢恩賜我們得在祢的國內、讚美祢的偉大與慈善。阿們。

短讀經　*得後三，10-13*

誰若不願意工作，就不應該吃飯，因為我們聽說，你們中間有些人游手好閒，什麼也不作，且好管閒事。我們因主耶穌基督之名吩咐和勸勉這樣的人，要安分工作，自食其力。弟兄們，你們行善卻總不要懈怠。

對答詠

領：　上主應受讚美，從現在直到永遠。
答：　上主…
領：　唯有祂作了奇妙的化工。
答：　從現在直到永遠。
領：　願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：　上主…

讚主曲對經：

願我們的天主上主受讚美。

禱詞

基督充滿恩寵和聖神，我們一起頌揚祂，誠心地呼求祂：

主，求祢把祢的聖神賜給我們。

求祢今天賞賜我們充滿喜樂、和平安，
並保持心靈的純潔，
— 使我們在今天晚上能以喜樂和純潔的心，
再度讚美祢。
願祢的光輝今天照耀我們眾人，
— 指導我們一切的工作。
求祢顯示祢的慈顏，
使我們心靈得到平安，
— 用祢大能的手，保護我們免於凶險。
求祢眷顧所有託我們代禱的人，
— 使他們身心獲得所需要的恩寵。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，求祢啓發我們的言行，輔助我們前進；使我們的一切作爲，常由祢而開始，並賴祢而完成。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 無限的上主，祢創造了宇宙，
混沌初開時，天連水，水連天，
祢使它們分開，天地有界限。

2. 上有天界，下有河川，
各有定位，秩序井然；
流水節制地熱，使大地安全。

3. 求主賜我豐富的恩典，面對新的誘惑，
不要讓我們重犯舊錯，陷入兇險；
信仰放射光芒，助我脫離虛幻。

4. 大慈大悲的天父，同性同體的聖子，
偕同天主聖神，世世代代，
掌管宇宙，統治人寰。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一零：上主是義人的依靠

「慕義如饑似渴的人是有福的，因為他們要得飽飫。」（瑪五，6）

對經一

復活期外：
上主的眼睛垂視貧民。

復活期：
你們要放心，我已戰勝了世界，阿肋路亞。

上主是我的避難所，
你們怎麼對我說：※
你要像一隻麻雀飛入山中？
　　原來惡人正在挽弓搭箭，※
　　暗中射擊忠良。
基礎一旦崩潰，※
義人尚有何為？
　　上主住在自己的聖殿，※
　　上主的寶座設在天上。
祂的眼睛垂視貧民，※
祂的目光細察世人。
　　上主試探義人和惡人，※
　　痛恨強暴的人。
祂使火炭硫磺降在惡人身上，※
熱風將是他們杯中的命運。
　　因為上主是公義的，喜愛公正，※
　　心地正直的人必享見祂的聖容。

聖詠禱詞

上主，我們的天主，祢洞鑒人心，明察我們的肺腑；祢考驗義人和惡人。求祢保護我們眾人，賜給我們喜樂，使我們在審判之日得蒙祢的憐愛。阿們。

聖詠十四：誰堪當肅立在上主面前

「你們臨近了熙雍山和永生天主的城。」
（希十二，22）

對經二

復活期外：

心地純潔的人是有福的，因為他們要看到天主。

復活期：

他將住在祢的帳幕內，安息在祢的聖山上，阿肋路亞。

上主，誰能住在祢的帳幕裏？※
誰能在祢的聖山上安居？
　　是那行為無瑕，實行正義，※
　　心口無欺的人；
他不隨口詆毀，不加害近人，※
也不欺凌鄰居；
　　他輕看作姦犯科的人，+
　　而尊重那敬畏天主的人，※
　　他起誓而損己也不反悔；
他不放高利貸，※
也不受賄加害無辜。
　　這樣行事的人，※
　　才能永不動搖。

聖詠禱詞

主，耶穌基督，祢願意生活在人類中間，祢在天父家裏，給我們準備好了住處；求祢幫助我們遵循祢的道路，使我們將來登上祢的聖山，永遠與祢在一起。阿們。

聖歌 *弗一，3-10: 論救主天主*

對經三

復活期外：

天主藉祂的聖子簡選我們成為祂的義子。

復活期：

我從地上被舉起的時候，就要吸引萬民歸向我，阿肋路亞。

願天主，
我們的主耶穌基督的父受讚美，※
祂在天上，在基督內，
賜給我們各種屬神的福分；

因爲祂在創世之前，
已在基督內簡選了我們，※
使我們在祂面前聖潔無瑕。
祂又出於愛心，按照自己的決意，+
藉耶穌基督預定了我們，※
成爲祂的義子，而歸祂所有，
使人頌揚祂恩寵的光榮，※
這是祂在愛子內賜給我們的恩寵；
我們藉祂愛子的血在祂愛子內，※
獲得了救贖和罪過的赦免。
天主把這恩寵，
豐厚地傾注在我們身上，※
賜給我們各種智慧和明達，
使我們知道祂旨意的奧秘，※
這都是依照祂在愛子內所定的計劃。
按照祂的措施，時期一滿，※
就使上天下地的一切，重歸於基督。

短讀經 *哥一，8b-11*

你們要對天主的旨意有充分的認識，充滿各種屬神的智慧和見識，使你們的行動合乎主的要求，事事叫祂喜悅；在一切善功上結出果實，對天主的認識，獲得進展；賴祂光榮的德能堅強起來，欣然堅忍，包容一切。

對答詠

領：求祢治愈我，因爲我得罪了祢。
答：求祢…
領：我曾哀求說：上主，求祢憐憫我。
答：因爲我得罪了祢。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：求祢…

謝主曲對經：

我的靈魂頌揚上主，因為天主垂顧了我的卑微。

禱詞

天主同祂自己的子民訂立了永恒的盟約，且不斷的施恩，因此我們要向祂致謝，以依恃之心向祂祈禱：

上主，求祢降福祢的子民。
上主，仍有很多人不認識祢愛的盟約，
— 求祢拯救他們。
求祢使所有基督徒都能團結一致，
— 讓世人相信是祢派遣了基督。
求祢降福我們的親友和相識的人，
— 使他們把基督聖善的芬芳散佈到人間。
求祢對臨終的人，顯示祢的慈愛，
— 讓他們親眼看見祢的救恩。
求祢仁慈對待去世的人，
— 使他們在基督的懷抱，得到永恒的安息。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，我們願藉今晚卑微的祈禱，頌揚祢的偉大；昔日祢為拯救世人，曾垂顧了謙遜的童貞瑪利亞；求祢因她的代禱，也使我們獲得圓滿的救恩。

結束詞 *見常用經文*

第一週：星期二

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請大家前來朝拜偉大的君王上主。

聖詠 *第九十四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 晨光報喜，人心舒暢，
大地一片錦繡，萬物光輝明朗；

2. 基督，祢是生命的活力，
祢是永恒的太陽，
我們向祢歡唱新歌，
信賴祢的人，永不失望。
3. 祢是聖父的智慧，光照世界的聖言，
使萬物光輝燦爛，秩序井然，
令人心神嚮往；
4. 請指引我們，做光明之子，孜孜行善，
以言以行，使天父的形像大放光芒。
5. 求祢護祐我們，口舌寬厚眞誠，
透過眞理的實踐，喜氣洋洋；
6. 基督，仁慈的君王，偕聖父聖神，
同享榮光，萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二三：*上主臨於聖殿*

「基督肉身升天，天門爲祂大開。」（聖依肋乃）

對經一

復活期外：
手潔心淨的人，才能攀登上主的聖山。

復活期：
從前降下的那位，就是現在升到諸天之上的那位，阿肋路亞。

大地和地上的萬物屬於上主。※
世界和世上的居民歸於上主。
因爲是祂將大地奠立在海洋上，※
把大地安置在江河間。
誰能攀登上主的聖山？※
誰能侍立在祂的聖殿？
是那手潔心淨，不慕虛幻的人，※
是那不發虛誓，不懷詭計的人。
這樣的人必蒙上主降福，※
必由拯救他的天主獲得報酬。
這就是那尋求上主的世代。※
那求見雅格天主聖容的子孫。
城門，請高舉你們的門楣，+
古老的門戶，請高抬門扉，※
因爲光榮的君王要進入城內。

誰是這位光榮的君王？＋
是那英勇大能的上主， ※
是那強力作戰的上主。
城門， 請高舉你們的門楣，＋
古老的門戶， 請高抬門扉， ※
因為光榮的君王要進入城內。
誰是這位光榮的君主？ ※
萬軍的上主就是這位光榮的君王。

聖詠禱詞

全能偉大的上主， 祢是光榮的君王， 萬君的上主； 求祢滌除我們心中的罪惡， 和我們親身犯的過錯； 並求祢常居住在我們心中。 阿們。

聖歌 *多一三，1-5，7，8:*

天主懲罰人也拯救人

「願我們的主耶穌基督的天主和父親受讚美，祂因偉大的仁慈重生了我們。」（伯前一，3）

對經二

復活期外：

你們的一切作為， 都要頌揚萬世萬代的君王。

復活期：

你們要慶祝這喜樂的日子， 讚頌上主， 阿肋路亞。

永生的天主應受讚頌， ※
祂的王權永遠常存。
因為祂懲罰人， 也憐憫人，＋
祂把人投入陰府， 也把人救出， ※
沒有人能逃出祂的掌握。
以色列子民，
你們要在外邦人面前頌揚天主， ※
因為祂把我們分散到異民中間，
是為讓我們在他們中間
傳揚祂的偉大， ※
在眾生之前歌頌祂；
因為只有祂是我們的上主天主， ※
只有祂永遠是我們的大父。

祂懲罰我們，是為了我們的不義，※
但祂仍要顯示祂的仁慈。
你們要觀察祂向我們所作的一切，※
高聲感謝祂。
請讚美公義的上主，※
請讚揚永世的君王。
我要在充軍之地讚美祂，※
向犯罪的國民宣示祂的尊嚴和偉大。
罪人們！你們應該悔改，+
在祂面前實行正義，※
誰知道，祂也許會寬待你們，
憐憫你們。
我要頌揚我的天主，※
我的靈魂歡樂於天上的君王。
願眾人頌揚祂的偉大，※
在耶路撒冷稱謝祂。

聖詠三二：*讚頌照顧人的上主*

「萬物是藉著祂而造成的。」（*若*一，3）

對經三

復活期外：
正直的人理當讚美上主。

復活期：
天主的慈愛充滿大地，阿肋路亞。

義人，請向上主踴躍歡呼，※
正直的人理當讚美上主。
請你們彈琴稱謝上主，※
彈奏十弦琴歌頌上主。
請你們向上主高唱新歌，※
在歡呼聲中彈琴奏樂。
因為上主的話句句真實，※
祂的一切作為完全可靠。
祂愛護正義和公理，※
祂的慈愛瀰漫大地。
因上主的一句話，諸天造成，※
因上主的一口氣，萬象發生。
祂聚集海水，好像裝入皮囊，※
祂安置深淵好像放入庫房。

願整個大地敬畏上主，※
願普世居民表示恐懼。
因祂一發言，萬有形成，※
祂一出命，萬物化生。
上主使異邦的計劃破壞，※
使萬民的策略失敗。
上主的計劃卻永恒不變，※
祂心中的謀略萬代長存。
尊上主為天主的民族眞是有福！※
上主選為產業的國民眞是有福！
上主由天眷顧，※
觀看所有居民。
祂由自己的居處，※
垂視居於大地的人民。
祂塑造了他們的心靈，※
洞悉他們的一切言行。
君王並不能因大軍而戰勝，※
巨人也不能因力大而救命。
靠馬得勝，乃是枉然，※
體力雖大，難得保全。
因為上主的眼睛
垂視那敬畏祂的人，※
眷顧那些投靠祂慈愛的人。
祂為救他們免於死亡，※
在饑荒中養活他們。
我們的靈魂仰望上主，※
祂是我們的救助和保障。
因為我們的心靈將因祂而歡騰，※
我們寄望於祂的聖名。
上主，求祢向我們廣施慈愛，※
滿足我們對祢的期待。

聖詠禱詞

上主，請照祢的諾言解除我們的飢餓，救我們出離死亡的陰影。求祢大發慈悲，使我們分享祢聖者的喜悅。阿們。

短讀經 *羅一三，11, 12-13*

現在已經是我們由睡夢中醒來的時辰，因為我們的救恩，現在比我們初信的時候更為臨近。黑夜已深，白日將近，所以我們

們該脫去黑暗的行爲，佩帶光明的武器，行動要端莊，好像在白天一樣。

對答詠

領：我的天主是我的磐石，
　　我要一心依靠祂。

答：我的天主…

領：祂是我的保障，我的避難所。

答：我要一心依靠祂。

領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。

答：我的天主…

讚主曲對經：

上主按照祂藉歷代先知所預言的，興起了大能的救主。

禱詞

親愛的弟兄們！基督降來是爲召喚我們分享天主的生命，讓我們現在一起讚頌我們信仰的大祭司：

主，祢是我們的天主和救主。

全能的君王，祢藉著聖洗，
把王者的祭司職授給了我們，
— 求祢使我們常給祢奉獻讚頌之祭。
求祢幫助我們遵守祢的誡命，
— 使我們藉著祢的聖神，能常居住在祢內，
　祢也常住在我們內。
求祢把永恒的智慧賞給我們，
— 使祢的智慧常與我們同在，
　並指導我們今天的工作。
求祢幫助我們，今天與人和平相處，
表現出愛德的精神，
— 使所有與我們共處的人，
　都感到坦然愉快。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，求祢仁慈地俯聽我們的晨禱，使我們明察內心隱密的罪愆；祢曾以天恩之光照亮了我們的心靈，不要再使我們甘處黑暗。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 偉大的造物眞主，祢固定了大地，
   穩如泰山，由混沌的洪水中浮出；
2. 百花齊放，大地生長植物，
   結實纍纍，人人得以果腹。
3. 天降神恩，治愈靈魂的創痛，
   淚水洗罪污，蠢動賴以制服；
4. 服從天命，遠離邪惡，
   逃避死亡的威脅，爲善最有福。
5. 仁慈的聖父，與聖子聖神同性同體，
   統治大地，永享眞福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一一九： *爲君王的勝利祈禱*

「凡呼喊上主名號的人，必然獲救。」

（宗二，21）

對經一

復活期外：

上主賜祂的基督獲得勝利。

復活期：

現在，我們的天主掌握了王權，也顯示了祂基督的大能，阿肋路亞。

願上主在憂患的時日俯允你！ ※
願雅格的天主保佑你！
　　願祂由聖所救助你。 ※
　　由熙雍眷顧你！
願祂懷念你的一切祭獻， ※
悅納你的燔祭。
　　願祂使你得償心願， ※
　　成全你的一切計劃。

我們要因你的勝利而歡呼，+
奉我們天主的名豎起旗幟，※
願上主滿足你的一切請求！
現在我知道，+
上主從神聖的高天俯聽，※
以無敵的右手使祂的受傅者獲勝。
有人依靠戰車，有人依靠戰馬，※
我們卻依靠我們的天主，上主。
他們倒地斃命，※
我們卻屹立不動。
上主，求祢使君王獲勝，※
我們呼求的時日，願祢垂聽！

聖詠禱詞

天主，祢悅納了祢聖子十字架上的祭獻，我們在憂患中時，請俯聽我們的哀禱，以祢聖子之名的大能保護我們，讓我們現在分擔祂的苦難，來日分享祂勝利的歡欣。阿們。

聖詠二〇，2-8, 14: 爲君王的勝利謝恩

「基督取得生命而復活起來，永遠常存。」

（聖依肋乃）

對經二

復活期外：

我要歌頌稱揚上主的德能。

復活期：

祢已取得權能，而開始爲王，阿肋路亞。

上主，祢的能力使君王歡喜，※
祢賜的勝利使他快樂無比。
祢成全了他心內的願望，※
沒有拒絕他口中的祈求。
因爲祢已使他諸事順遂，※
以純金的冠冕加在他的頭上。
他只求祢保全性命，※
祢却賜給他長壽百歲。
祢協助他獲得了偉大的光榮，※
又加給他無比的威嚴和榮耀。
祢使他永蒙鴻福，※
使他在祢面前歡欣踴躍。

君王全心依靠上主，　※
賴至高者的慈愛永不動搖。
　　上主，起來，顯示祢的能力，　※
　　我們要歌頌，稱揚祢的德能。

聖詠禱詞

上主，祢以純金的王冠，加在祢愛子的頭上。求祢大發慈悲，庇蔭祢的教會，助祐它克服邪惡的勢力，使我們因祢的榮耀而歡欣鼓舞。阿們。

聖歌 *默四，11；五，9，10，12：*

蒙救贖者的讚詞

對經三

復活期外：
上主，祢使我們成為天國的子民，和侍奉天主的祭司。

復活期：
願祢所創造的萬物都事奉祢，因為祢一出命，萬物立刻形成，阿肋路亞。

上主、我們的天主，　※
祢理當接受光榮，尊威和權能。
　　因爲祢創造了萬物，　※
　　萬物都是因祢的旨意而造成，
　　而存在。
上主，只有祢堪當接受那書卷，　※
開啓書卷上的封印。
　　因爲祢曾被宰殺，+
　　從各支派、各語言、
　　各民族、各國家中，　※
　　用祢的血把我們贖回來，歸於天主；
使我們成爲天國的子民，
和侍奉天主的祭司，　※
我們必要爲王，統治世界。
　　被宰殺的羔羊理當接受權能，　※
　　富裕、智慧、英勇、
　　尊威、光榮和讚頌！

短讀經　*若壹三，1a-2*

請看！父是怎樣愛我們，祂使我們稱爲天主的兒女，而我們也眞是如此。親愛的

諸位，現在我們是天主的兒女，但我們將來究竟如何，還不明顯；可是我們知道：一旦明顯了，我們都要像祂，因為我們將看見祂的真相。

對答詠

領：上主，祢的聖言永遠存留。
答：上主…
領：祢的真理，永世常存。
答：永遠存留。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經：

我的心神歡躍於上主、天主，我的救主。

禱詞

主基督生活在我們中間，我們是祂以高價取得的子民。

現在我們一齊讚頌祂、懇求祂：

主，求祢俯聽我們的讚頌！

主，統治萬民的君王，
求祢教導祢的子民和所有從政人員，
— 使他們按照祢的法律，謀求公共的福利。
主，祢以教會和聖事
拯救我們擺脫邪惡的奴役，
— 求祢使身心被世俗俘擄的兄弟姊妹，
恢復天主兒女的自由。
願我們的青年子弟，
在祢面前保持純潔無罪，
— 使他們慷慨順從祢的召喚。
求祢使兒童們效法祢的榜樣，
— 使他們在智慧和恩寵上，日漸增長。
求祢把去世的人接入永恒的天國，
— 我們都希望將來在那裏與祢一同為王。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

主、全能的天主，感謝祢使我們又度過了一天。求祢使我們向祢所作的祈禱，成爲祢歆饗的祭品。

結束詞 *見常用經文*

第一週：星期三

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：

請大家前來朝拜，創造我們的上主。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 離去吧！黑夜沈沈，
   昏暗及烏雲，世間的動亂糾紛。
2. 東方發白，曙光初現，
   大地燦爛，基督已來臨。
3. 陽光撥烏雲，普照塵寰，
   五光十色，萬物莫不振奮。
4. 心靈的昏瞶，人間的虛僞，
   也雲消霧散，因爲上主已降臨。
5. 基督，我們只尋求祢，
   懷著純樸的心神，
   向祢屈膝叩拜，哀禱歌吟。
6. 求祢垂顧我們的心願，
   掃除生活的困惑及缺失，
   在祢的光明中，重獲自由的精神。
7. 基督，大慈大悲的君王，
   偕聖父及聖神，
   同享光榮，永無窮盡。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 *三五*：

罪人的邪惡，天主的慈善

「跟隨我的，決不在黑暗中行走，必有生命的光。」(若八，12)

對經一

復活期外：

天主，在祢的光明中，我們看到光明。

復活期：

上主，在祢那裏有生命的泉源，阿肋路亞。

罪惡在罪人心中說：※
「不必敬畏天主，把祂放在眼裏。」
因為他在自我陶醉，※
認為罪惡無人發現，不必悔恨。
他滿口邪惡與欺騙，※
不再追求智慧，努力行善。
他躺在床上，籌劃作惡，※
立足於邪道，不怕罪過。
上主，祢的慈愛達於高天，※
祢的真誠上徹霄漢。
祢的正義有如高山，+
祢的公平有如深淵，※
上主，惟有祢能救護世人與走獸。
天主，祢的慈愛是多麼寶貴，※
世人都藏在祢的翼蔭下。
他們飽嘗了祢殿中的盛筵，※
暢飲了祢甘飴的水泉。
因為在祢那裏有生命的泉源，※
在祢的光明中，我們看到光明。
請向認識祢的人廣施慈愛，※
為心地正直的人主持公道。
不要讓驕傲人的腳威脅我，※
不要讓罪人的手動搖我。
請看，作惡的人已經一敗塗地，※
他們已被打倒，無法興起。

聖詠禱詞

天主，祢是真光和生命的根源；祢使陽光普照大地，降下雨露給義人和惡人。求祢寬恕我們的罪過，恩賜我們大家平安。阿們。

聖歌 *友一六，1-13, 15:*

上主、宇宙的創造者保護祂的子民

「他們高唱新歌」（默五，9）

對經二

復活期外：

上主，祢實在偉大，祢的德能超群出眾。

復活期：

上主，祢派遣了聖神，萬物就被造成，阿肋路亞。

請大家擊鼓讚美上主，※
敲鐃歌頌上主。
　　吟詠新詩稱揚上主，※
　　高呼祂的聖名。
祂是消除戰爭的天主，
祂的名號是上主。
　　我們要歌頌上主，※
　　高唱新歌讚美天主：
上主，祢實在偉大，實在光榮，※
祢的德能超群出眾，戰無不勝。
　　願祢所創造的萬物都服事祢，※
　　因為祢一發言，萬物造成。
祢一噓氣，一切形成，※
祢一出命，無人抗拒。
　　群山基礎隨水流動，※
　　磐石在祢面前，像蠟溶化。
祢對敬畏祢的人，※
仍然大發慈悲。

聖詠 *四六：萬有的君王，上主*

「祂坐在聖父的右邊，祂的神國萬世無疆。」

（信經）

對經三

復活期外：

請大家以歡樂的歌聲頌揚上主。

復活期：

天主是普世君王，你們要各盡所能，謳歌讚頌，阿肋路亞。

萬民，你們要鼓掌，※
以歡呼的歌聲，頌揚上主。
　　因為上主至高至尊，可敬可畏，
　　是統治大地的偉大君王。

祂使萬民屬我們管轄， ※
使列邦屈服在我們腳下。
　　祂爲我們選擇了產業， ※
　　就是祂所愛的雅格的榮耀。
在歡呼聲中， 天主上升， ※
在號角聲中， 上主騰空，
　　你們要歌頌， 歌頌我們的天主， ※
　　要歌頌， 歌頌我們的君王。
因爲天主是普世的君王， ※
你們要謳歌讚頌。
　　天主坐於神聖的寶座， ※
　　天主爲王， 統治萬邦。
萬國的領袖集合起來， ※
成爲亞巴郎的天主的子民。
　　因爲大地的權貴都屬於天主， ※
　　唯有天主至高至尊。

聖詠禱詞

耶穌基督， 普世的主宰， 祢曾上升到天父那裏； 求祢藉著祢的教會， 使天下萬民成爲一家， 永遠讚美祢， 欽崇祢。 阿們。

短讀經　*多四，16-17, 19-20（拉丁通行本）*

你要記著： 己所不欲， 勿施於人； 讓飢餓和貧窮的人， 與你共食， 給裸體的人衣服， 向智者請教。 你要時常讚美天主， 求祂指引你， 使你的一切計劃達到目的。

對答詠

領： 天主， 求祢使我誠心服從祢的旨意。
答： 天主…
領： 求祢使我遵行祢的道路，
　　而獲得生命。
答： 服從祢的旨意。
領： 願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
　　起初如何， 今日亦然， 直到永遠。
答： 天主…

讚主曲對經：

上主， 求祢憐憫我們， 記住祢自己的神聖盟約。

禱詞

我們應當感謝基督，時時讚美祂，因爲祂屈尊就卑，竟稱呼我們爲弟兄，我們同聲向祂祈禱：

主，求祢聖化祢的眾弟兄。

求祢使我們以純潔的心，把這一天的開始奉獻給祢，以光榮祢的復活，

— 也讓我們以我們的工作，

聖化這一天，使祢歡心。

每天都是祢愛我們的證明，祢賜給我們新的一天，爲我們帶來救恩和喜樂，

— 求祢使我們日新，日日新，

以宣揚祢的光榮。

求祢今天教導我們，

在所有的人身上看到祢的臨在，

— 特別在憂苦和貧窮的人身上找到祢。

求祢今天使我們與所有的人和平相處，

— 不要讓我們對任何人以怨報怨。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，我們的救主，求祢助祐我們追求光明，實踐眞理；我們都因祢而重生，成爲光明之子，求祢使我們也能照亮別人，爲祢作證。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 至聖的造物眞主，祢的光明充滿宇宙，
萬物燦爛光輝，日月運行，從不越軌。
2. 群星閃動，各有規律，
晝夜有分界，月份各不同，
莫不依次進退。

3. 上主，求祢照亮人心，
洗淨精神的污染，
解除罪惡的桎梏，粉碎邪惡的勢力，
一片祥和福瑞。
4. 仁慈的天父，偕唯一聖子，
施慰的聖神，
統治乾坤，大地春回。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二六：*危險中的依賴*

「這就是天主與人同在的帳幕」（默二一，3）

壹

對經一

復活期外：

上主是我的光明，我的救援，我還畏懼何人？

復活期：

上主高舉了祂，使祂在自己的右邊作元首，作救主，阿肋路亞。

上主是我的光明，我的救援，+
我還畏懼何人？ ※
上主是我生命的保障，我尚害怕何人？
　　惡人前來攻擊我，要吃我的肉，※
　　我的對頭，我的仇敵，
　　反而跌倒在地。
雖有大軍向我進攻，我的心也不戰慄，※
縱然戰爭向我逼近，我仍然滿懷信心。
　　我只向上主請求一事，※
　　願我一生一世住在上主的殿裏。
凝視上主的美善，※
參拜上主的聖殿。
　　因為在我困苦的時日，+
　　祂把我藏在祂的帳幕中，※
　　把我藏在祂帳幕的深處，
　　把我高置在磐石上。
我現在可以昂然抬頭，※
鄙視我周圍的仇人。

我要在祂帳幕中獻上歡樂之祭，※
我要向上主歌唱，吟詠讚美詩詞。

「有數人站起來，作假見證誣告耶穌」

（谷十四，57）

貳

對經二

復活期外：

上主，我切望仰瞻祢的慈顏；求祢不要轉面不顧。

復活期：

我深信在這人世間，必能見到上主的美善，阿肋路亞。

上主，求祢俯聽我的呼聲，※
求祢憐憫我，俯允我。
我一想到祢，心裏就說：+
「你們要尋求上主的慈顏！」※
上主，我切望仰瞻祢的慈顏。
求祢不要轉面不顧，※
祢發怒時，不要趕走祢的僕人。
祢一向是我的救援，※
我的救主，不要把我遺忘。
我的父母捨棄了我，※
上主卻收留了我。
上主，求祢把祢的道路指示我，※
請祢引領我踏上坦途，免遭敵手。
求祢不要把我交給仇人，
滿足他們的心願，※
因為假證人起來攻擊我，口噴怒焰。
我深信在這人世間，※
必能見到上主的美善。
你要鼓起勇氣，期待上主，※
你要振作精神，等候上主。

聖詠禱詞

上主，祢保護所有仰望祢的人、作為他們力量的泉源；祢在祢聖子蒙難的日子悅納了祂的祭獻；我們有急難的時候，求祢別忘了我們這些罪人，讓我們在祢的王國中，瞻仰祢的慈顏。阿們。

聖歌 哥一，12-20

「基督是超越萬物的長子，是首先從死者中復活的」。

對經三

復活期外：

基督是超越萬物的長子，祂在萬有之中高居首位。

復活期：

萬有都出於祂，倚靠祂、歸於祂；願光榮歸於祂，直到永遠，阿肋路亞。

感謝天父，使我們在光明中，※
堪享聖徒的福分。
　　祂救我們脫離了黑暗的權勢，※
　　把我們徙置到祂愛子的國土。
在祂愛子內，我們得到了救贖，※
獲得了罪赦。
　　祂是看不見的天主的肖像，※
　　是超越萬物的長子。
因為上天下地的一切，無論有形與無形，+
上座者或宰制者，率領者或掌權者，※
都是藉祂而創造的。
　　一切都藉著祂，並為了祂而受造，※
　　祂在萬有之先就已存在，
　　萬有都賴祂而各得其所。
祂是教會的頭，也就是祂身體的頭，+
祂是原始，是首先從死者中復活的，※
使祂在萬有之中高居首位。
　　因為天主樂意，
　　使整個圓滿住在祂內，※
　　並藉著祂在十字架傾流的血，
　　建立了和平。
使人間和天上的一切，※
都與天主重歸於好。

短讀經 *雅一，22-25*

你們應實踐聖言，不要聽而不作，欺騙自己；誰若詳察使人得自由的完美法律，而不遵守不渝，不隨聽隨忘，卻身體力行，這樣的人必因他的作為得到幸福。

對答詠

領：上主，求祢拯救我，求祢憐憫我。
答：上主…
領：求祢不要把我的靈魂和罪人一起收去。
答：求祢憐憫我。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經：

全能者在我身上行了大事，祂的名號何其神聖。

禱詞

上主以無限的愛心照顧祂的選民，願上主的名號在眾人身上受顯揚。我們現在讚美祂，祈求祂：

上主，求祢顯示祢的仁慈。

上主，求祢記得祢的教會，
— 保護它脫離一切邪惡，
使它在祢的聖愛中日益完美。
求祢使各個民族認識祢是唯一的天主，
— 也認識祢派遣來的祢的聖子耶穌基督。
求祢賞賜我們的親友，事事順遂，
— 使他們今生在祢的愛護下，平安度日，
來世得到永生。
求祢使勞苦和負重擔的人獲復安慰，
— 使受輕視的人恢復自尊。
求祢給今天逝世的人，敞開仁慈的大門，
— 迎接他們進入天國。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，求祢俯聽我們的祈禱，晝夜保護我們；我們生活在變化不停的世界，但祢卻是永恒不變的；在祢的眷顧之下，讓我們對祢的愛也能堅定不移。

結束詞 *見常用經文*

第一週：星期四

序經

領：上主，求祢開啟我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請大家前來朝拜上主，因為祂是我們的天主。

*聖詠第九四首，**見4頁*

晨禱

領：天主，求祢快來拯救我。
　　願光榮歸於父。起初如何。(阿肋路亞)

(如念序經，則省去以上開端詞)

讚美詩

1. 黑夜遁去，旭日東升，
人心不安，羞愧又懺悔，
誰能作姦犯科，光天化日中？
2. 盲目與無知，使人常誤入歧途；
光明帶來寧靜，使心靈玉潔冰清；
口不出奸詐，心離黑暗向光明。
3. 願今日平安寧靜，上主常護祐，
口舌保純潔，雙目雙手不放縱，
身心不受邪惡污染，生活磊落光明。
4. 觀察人心的上主，從日出到日落，
日以繼夜，不離我們左右。
光榮歸於父子及聖神，
慈光普照，世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠五六：苦難中的晨禱

「此篇聖詠歌頌主的苦難」(聖思定)

對經一

復活期外：
弦琴和豎琴，醒來吧！我要喚醒曙光。
復活期：
天主，願祢的尊威高於諸天，阿肋路亞。

天主，求祢憐憫我，憐憫我，※
因為我只有投靠祢；
　　我投奔到祢的翼蔭下，※
　　等到毀滅的風暴過去。
我呼求至高者天主，※
就是施恩於我的天主；
　　天主必從天上施恩拯救我，+
　　使吞噬我的人蒙受羞辱；※
　　天主必顯示祂的慈愛和信實。
我躺臥在幼獅群中，※
牠們想把人們吞噬。
　　牠們的牙齒有如長矛銳箭，※
　　舌頭好似雙刃的利劍。
天主，願祢的尊威高於諸天，※
願祢的榮耀普照塵寰！
　　他們在我的腳下佈置了羅網，
　　把我羈絆，※
　　在我面前掘了陷阱，
　　自己反而跌入其中。
天主，我的心已準備妥當，+
我的心已準備妥當，※
我要歌唱，我要頌揚。
　　我的靈魂，醒來吧！+
　　弦琴和豎琴，醒來吧！※
　　我要喚醒曙光。
上主，我要在萬民中稱謝祢，※
我要在列邦中歌頌祢。
　　因為祢的慈愛超越諸天，※
　　祢的信實直達霄漢。
天主，願祢的尊威高於諸天，※
願祢的榮耀普照塵寰。

聖詠禱詞

上主，求祢顯示慈愛和信實，拯救我們脫離邪惡者的手，使我們分享祢聖子勝利的喜樂，在萬邦中永遠讚美祢、感謝祢。阿們。

聖歌 *耶三一，10-14: 獲救百姓的幸福*

「耶穌為人而死，使那分散的天主兒女都聚集起來，合成一體。」（若一一，51-52）

對經二

復活期外：

上主說：我要使我的人民飽饗美味。

復活期：

上主贖回了自己的子民，阿肋路亞。

萬民，請聽上主的話，※
向遠方的海島宣揚：
　　那昔日驅散以色列的，要再聚集，※
　　看守他們好像牧人看守羊群。
因為上主贖回了雅格，※
從更強者的手中把他救出。
　　他們要到熙雍山上歡呼，+
　　奔向上主的美物，※
　　飽嘗穀、麥、酒、油、小羊和牛犢。
他們的心靈好像灌溉的田園，※
再也不會飢餓。
　　那時處女載歌載舞，※
　　老幼必同歡同樂。
因為我要使他們的悲哀變為喜悅，※
使他們在憂苦中獲得安慰和歡樂。
　　我必用肥脂滋潤祭司的心靈，※
　　使我的人民飽饗美味。

聖詠四七：*為百姓的得救而謝恩*

「天使把我帶到一座高山上，將聖城耶路撒冷指給我看。」（默二一，10）

對經三

復活期外：

在我們天主的城中，上主至大，應受讚頌。+

復活期：

這天主，就是我們的永生天主，阿肋路亞。

在我們天主的城中，※
上主至大，應受讚頌。
　　+ 祂的聖山偉大壯麗，※
　　是普世的喜樂。

位於城北的熙雍山，　※
是大王的城邑！
　　天主住在保壘的中央，　※
　　親自作它的保障。
請看！　衆王成群結隊，　※
紛紛向這裏集合；
　　他們一見熙雍，　就驚慌失措，　※
　　慌慌張張，　各自逃竄。
他們在那裏膽戰心驚，　※
好像臨盆的婦女忍受苦痛；
　　好像塔爾西斯的船隻，　※
　　爲強烈的東風所襲擊。
在萬軍上主的城中，
在我們天主的城中，+
我們所見的，　正如所聽到的，　※
天主必使這城永遠穩固。
　　天主，　我們在祢的殿內，　※
　　想念著祢的慈惠。
天主，　祢的名號遠達地極，+
祢應受的讚美，　普及人寰，　※
祢以正義統治大地。
　　熙雍山因祢的公正而喜樂，　※
　　猶大的女子也因此而踴躍。
請你們圍繞熙雍巡遊，　※
數點它的城樓；
　　觀察它的城郭，　巡視它的碉堡，　※
　　以便向後代子孫陳述：
祂是我們的天主，+
是我們永恒的天主，　※
祂永遠引領我們。

聖詠禱詞

天主，　祢在祢聖子身上，　賜給我們一所聖殿，　神奇而非人手所建造的聖殿，　祂是教會一新耶路撒冷的保障和保壘。　求祢賞賜恩寵，　保祐這座用活石建造的聖城，　使它在全世界繼續爲祢的光榮作證。　阿們。

短讀經　*依 六六，1-2*

上主這樣說：　高天是我的寶座，　大地是我的腳凳；　你們還能在什麼地方給我建築

殿宇， 建造我休息的地方呢？ 這一切都是我親手造的。 這一切都是我的— 是上主這樣說。 我要垂顧的是誰呢？ 是貧苦者， 懺悔者和對我言語懼怕的人。

對答詠

領： 上主， 我全心呼號， 求祢俯聽。
答： 上主…
領： 我要遵守祢的法規。
答： 求祢俯聽。
領： 願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
　　起初如何， 今日亦然， 直到永遠。
答： 上主…

讚主曲對經：

我們應以聖德事奉上主， 祂必會從敵人手中將我們救出。

禱詞

基督賜給了我們今日的光明， 我們感謝祂， 祈求祂：

主， 求祢降福我們、 聖化我們。

祢為了我們的罪惡，
自作犧牲， 祭獻天父，
— 求祢也將我們的祈禱，
　勞苦和犧牲奉獻給天父。
祢今天又賞賜我們新光，
使我們又看到祢美麗的萬物，
— 求祢使我們在萬物身上，
　看到祢的榮耀和全能。
祢對世人慷慨大方， 慈善溫良，
— 求祢使我們效法祢的榜樣。
主， 求祢今晨對我們廣施仁慈，
賜給我們抵抗誘惑的力量，
— 也使我們勇敢背起今天生活的重擔。

我們的天父， 願祢的名受顯揚； 願祢的國來臨； 願祢的旨意奉行在人間， 如同在天上； 求祢今天賞給我們日用的食糧； 求祢寬恕我們的罪過， 如同我們寬恕別人一樣； 不要讓我們陷於誘惑， 但救我們免於凶惡。

結束禱詞

全能永生的天主，我們在清晨、中午及傍晚，虔誠地向祢祈禱；求祢驅散我們心中的黑暗，以接受基督真光。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 大能的天主，祢造生萬物，
魚族水中游，鳥類飛翔在天空，
各歸其所，各顯其能。
2. 求祢普施宏恩，滌除僕人的罪污，
使我們不再失足，免遭喪亡的悲痛，
上主，我們的天主，
我們向祢哀禱歌頌。
3. 慈悲的天主，求祢大力助祐，
不怕邪惡的張狂，也不自滿自足，
不因挫折而灰心喪志，
不因驕傲而失落恩寵。
4. 仁慈的天父，偕唯一聖子，
施慰的聖神，統治大地乾坤，
同享尊威與光榮，世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠二九：*死裏逃生，感謝主恩*

「基督在光榮復活後感謝聖父」（加西安）

對經一

復活期外：

上主，我一向祢呼救，祢就醫好了我，我要永遠稱謝祢。

復活期：

上主，祢把我的悲哀化為舞蹈，阿肋路亞。

上主，我稱揚祢，因為祢救拔了我，※
沒有讓我的仇敵向我誇耀。
上主，我的天主，我一向祢呼救，※
祢就醫好了我。

上主，祢從陰府裏將我救出，※
使我復生，不致墜入幽谷。
　　上主的聖民，請向上主歌詠，※
　　稱頌祂的聖名。
因爲祂的震怒轉眼消逝，※
祂的恩惠卻終生存留。
　　夜間縱有哭泣淚，※
　　清晨卻聞歡呼聲。
順遂時我曾說過：※
「我永遠不會動搖。」
　　上主，賴祢的恩祐，
　　我能穩立於山崗，※
　　但祢一轉面不顧，
　　我便立刻感到驚惶。
上主，我曾向祢高呼，※
向我的天主苦訴：
　　「我若墜死深谷，
　　我的血又有何用？※
　　灰骨豈能讚頌祢，或宣揚祢的眞誠？
上主，請祢俯聽我，憐憫我；※
上主，求祢助祐我。」
　　祢把我的悲哀化爲舞蹈，※
　　脫掉我的苦衣，給我披上歡笑。
因此，我的心靈歌頌祢，永不止息；※
上主，我的天主，我要永遠稱謝祢！

聖詠禱詞

主耶穌，懇求祢俯聽我們的禱聲。祢在日落時分的死亡，不該令我們失望，因爲我們堅心相信祢旭日升起時的復活。願我們歌頌讚揚祢的光榮，永不休止。阿們。

聖詠 三一：

罪惡蒙赦免的人，眞是有福

「達味也稱那不靠功行，而蒙天主認爲正義的人，是有福的」（羅四，6）

對經二

復活期外：

上主不責怪的人，真是有福。

復活期：

天主藉著祂兒子的死，使我們與祂和好，阿肋路亞。

罪惡蒙赦免，過犯被遮掩的人，
眞是有福，※
上主不責怪，心中無欺詐的人，
眞是有福。
我緘默無語，不肯認罪，※
我終日傷歎，骸骨疲憊。
因爲祢的手臂日夜重壓著我，※
我的精力好像在盛暑中消耗。
我向祢承認我的罪過，※
絲毫不隱瞞我的邪惡。
我說：「我要向上主承認我的過犯。」※
祢就赦免了我的罪愆。
因此，虔誠的人在困厄中，
都要向祢哀乞，※
縱使洪水氾濫，他也不會受到波及。
祢是我的避難所，必將救我脫離災禍，※
在我四週洋溢著獲救的喜樂。
「我要教導你應走的正道，※
雙目注視你，向你提出勸告。」
不要像無知的騾馬，※
除非勒緊轡繩便不馴服。
惡人必要受許多痛苦，※
仰望上主的人，常有慈愛呵護。
義人，你們要在主內歡欣鼓舞，※
心地正直的人，你們都要歡呼。

聖詠禱詞

天主，祢爲了我們的緣故，沒有顧惜祢的聖子，我們在祢台前沒有隱藏我們的罪愆，卻像那回頭的浪子，回到祢的懷抱。求祢寬恕我們，我們願偕同基督一起歌頌讚美祢的仁慈。阿們。

聖歌 默一一，17-18；一二，10-12：

論天主的審判

對經三

復活期外：

上主賜給基督權力、尊榮和國度，萬民都要侍奉祂。

復活期：

上主，誰能像祢那樣神聖尊威，阿肋路亞。

今昔永存的上主，全能的天主！

我們感謝祢，※

因為祢掌握大權統治乾坤。

異民憤憤不平，※

祢的震怒隨即來到。

那時祢也審判死者，＋

對祢的僕人、先知、聖徒，※

以及敬畏祢名的，無論尊卑，一律酬庸。

現在我們的天主已完成救恩，＋

彰顯威能，建立神國，※

祂的受傅者基督已擁有權威。

日夜在天主面前的控訴者，※

那誣告我們弟兄的，已從天上被摔下。

他們靠自己的證言和羔羊的血，

戰勝了惡魔，※

他們寧願殺身成仁，捨生取義，

為此，高天和天上的聖民，※

請你們鼓舞歡欣。

短讀經 *伯前一，6-9*

你們要歡躍，雖然你們現在必須在種種考驗中暫時受些苦，為使你們的信德得以精煉，比經過火煉而易消毀的黃金，更有價值，好在耶穌基督顯現時，堪受稱讚、光榮和尊敬。你們雖然沒有見過祂，卻愛祂；雖然你們如今看不見祂，仍然相信祂；並且以不可言傳的喜樂，和無限的榮福而歡躍，因為你們已有把握得到信仰的效果，就是靈魂的得救。

對答詠

領：上主以麥子的精華養育了我們。

答：上主…

領：以岩石中的蜂蜜飽飫了我們。

答：養育了我們。

領：願光榮歸於父、及子、及聖神，

起初如何，今日亦然，直到永遠。

答：上主…

謝主曲對經：

上主從高位上推下權貴，卻提拔了弱小卑微。

禱詞

天主是我們的助祐，是我們的全部希望，我們一起讚頌祂，熱誠的呼求祂：

　　上主，求祢垂顧祢的子民！

上主，我們的天主，

祢與祢的子民訂立了永遠的盟約，

— 求祢使我們時時憶起祢的豐功偉業。

求祢使所有司鐸

都富有祢救世愛人的精神，

— 也使祢的信眾都能和平相處，團結一致。

求祢使國家的建設，生活的進步，

常能遵從祢的旨意，

— 免得那些建設的人，徒勞無功。

求祢派遣工人來收割祢的莊稼，

— 使祢的名在萬民中受顯揚。

求祢恩賜已亡的親友恩人，

參加祢諸聖的行列，

— 使我們有朝一日也能與諸聖為伍。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

　　天主，夜幕低垂，唯有祢能驅逐黑暗，使大地重光。求祢使我們今晚不受惡魔困擾，安然度過；並使明日曙光照臨時，還能來到祢面前，讚頌稱謝。

結束詞　*見常用經文*

第一週：星期五

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請大家讚美上主，因為祂的慈愛永遠常存。

聖詠第九四首，見 4 頁

晨禱

讚美詩

1. 基督，祢是聖父的獨子，
   聖潔童貞的愛兒；
   祢是天上的榮光，人間衆生的希望。
2. 求祢支持我們，恩賜力量，
   滿懷虔敬和興奮，向祢讚頌歌唱。
3. 曉星升起，迎接朝日的光芒，
   黑暗已逝，得見基督的聖光。
4. 但願正義的太陽，照在我們身上，
   照亮我們的心胸，黑暗不再狂妄。
5. 信德在心中生根，望德使生活振作，
   愛德光芒四射，日益茁壯。
6. 基督，大慈大悲的君王，偕聖父及聖神
   同享榮光，萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠五零：天主，求祢憐憫我

「你們應在心思念慮上煥然一新，穿上新人。」

（弗四，23-24）

對經一

復活期外：

上主，請悅納祢祭壇上合宜的犧牲。

復活期：

主天主，當祢來作王的時候，求祢記得我，阿肋路亞。

天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我，※
祢有豐厚的慈愛，求祢消滅我的罪惡。

求祢洗淨我的過犯， ※
消除我的罪愆。
因爲我認清了我的罪過， ※
我的罪惡常在我的眼前。
我得罪了祢，唯獨得罪了祢， ※
我在祢面前作了惡事；
因此，祢在判決時，顯示了祢的正義， ※
祢在斷案時，表現了祢的公平。
的確！我在罪惡中出生， ※
我的母親在罪惡中懷孕了我。
是的，祢喜愛內心的眞誠， ※
求祢使我的心靈充滿智慧。
求祢洗滌我，使我潔淨， ※
洗滌我，使我潔白，白於雪。
求祢使我聽到愉快的歌聲而喜樂，
使祢所折斷的骨骼再度雀躍。
求祢轉面，不要看我的罪過， ※
消除我的一切邪惡。
天主！求祢給我再造一顆純潔的心， ※
在我五內注入堅強的精神。
求祢不要驅逐我，疏遠我， ※
不要從我身上剝奪祢的聖神。
求祢再賜我得救的喜樂， ※
以慷慨的精神扶持我。
我要引導惡人走上祢的道路， ※
罪人也要歸依祢。
天主，我的救主，求祢豁免我的血債， ※
我的口舌必要宣揚祢的公義。
上主，求祢開啓我的唇舌， ※
我要親口讚頌祢。
因爲祢並不喜歡祭獻， ※
我獻全燔祭，祢也不會悅納。
天主，我的祭獻，
就是痛悔的精神， ※
祢不輕視痛悔和謙卑的赤心。
上主，求祢對熙雍廣施慈愛， ※
爲耶路撒冷重建城垣；
祢必悅納合宜的犧牲，
祭品和燔祭， ※
那時，
人們將把牛犢呈獻在祢的祭壇上。

聖詠禱詞

仁慈的天主，祢為了使我們都像祢一樣的聖善，曾使不認識罪的聖子身負重罪。求祢看我們虔誠的懺悔，寬恕我們的罪過，使我們在聖神內，在萬民面前、讚美祢，歌頌祢的榮耀。阿們。

聖歌 *依 四五，15-26: 萬民應歸向上主*

「眾人聽到耶穌的名號，都要屈膝叩拜」

（斐二，10）

對經二

復活期外：

以色列的後裔，都要因上主獲得光榮的勝利。

復活期：

救主，以色列的天主，祢實在是隱而不彰的天主，阿肋路亞。

以色列的拯救者，天主，※
祢實在是隱藏的天主。
製造偶像的人必狼狽不堪，※
他們必將含羞遠遁。
以色列，你們已蒙上主拯救，
永享救恩，※
你們永不再蒙羞絕望。
因為那創造蒼天的上主這樣說：※
祂是天主，
祂創造、形成並奠定了大地；
祂所創造的大地並不是一片荒蕪，※
而是供人居住。
祂這樣說：
我是上主，唯一的天主，※
我並沒有在隱暗處說話。
我沒有對雅格的子孫說：※
你們尋求我也是枉然，
上主我，只講正義，宣揚公理。+
從萬邦中獲救的人民！※
請你們集合，一同前來！
人們供奉木製的偶像，※
膜拜不能施救的神明，真是無知！

　　請你們陳述，　請來作證，　共同磋商：+
　　是誰從古時宣佈這事？　※
　　是誰領先發表這事？
豈不是上主我？　除我以外，
沒有別的神，　※
只有我是公義的神和救主。
　　大地四極的人！　歸依我吧！+
　　你們必能得救，　※
　　因為只有我是天主，　沒有另一個。
我指著我自己起誓，　※
正義的話一出口，　決不反悔。
　　人人都將向我屈膝，　※
　　一切唇舌都要發誓說：
唯獨上主有正義和力量，　※
凡背叛祂的，　必將含羞地歸依祂。
　　以色列的後裔，　※
　　都要因上主獲得光榮的勝利。

聖詠 九九：進入聖殿者的喜樂

「上主命得救的人高唱凱歌」（聖達修）

對經三

復活期外：

你們要載歌載舞，　走向上主面前。

復活期：

你們要興高彩烈地侍奉上主，　阿肋路亞。

普世大地，　請向上主歡呼，+
興高彩烈地事奉上主，　※
到祂面前時載歌載舞。
　　要知道，　唯有上主是天主，　※
　　祂創造了我們，　我們屬於祂。
我們是祂的子民，　※
是祂牧場上的羊群。
　　你們要進入祂的門庭，　報謝主恩，+
　　高唱讚美詩進入祂的庭院，　※
　　稱謝祂，　讚美祂的聖名。
的確，　上主溫良慈善，+
祂的慈愛直到永遠，　※
祂的信實世世綿延。

聖詠禱詞

慈悲慷慨的聖父，祢的愛促使祢創造我們，使我們成爲祢的子民，我們感謝祢，懇求祢，使我們永遠歌頌祢、讚美祢。阿們。

短讀經 *弗四，29-32*

你們不可口出惡言；只說幫助人，對人有建設性的話，使聽衆獲得益處。你們不要使天主的聖神憂鬱，因爲祂是天主擁有你們的印記，保證你們必有得救的一天。要從你們中間根除一切毒辣、怨恨、忿怒、爭吵、毀謗以及一切邪惡，要彼此以良善，以仁慈相待，且要互相寬恕，如同天主在基督內寬恕了你們一樣。

對答詠

領：上主，求祢賜我在清晨就體驗到祢的慈愛。

答：上主…

領：讓我認識應走的道路。

答：就體驗到祢的慈愛。

領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。

答：上主…

讚主曲對經：

上主眷顧並救贖了祂的民族。

禱詞

基督藉著自己的十字架，給人類帶了救恩；我們一起朝拜祂，熱切的呼求祂：

主，求祢對我們廣施仁慈。

基督，祢是我們的太陽和白晝，
請用祢的光輝照耀我們，
— 求祢從清晨就抑制我們的私慾偏情。
求祢指導我們的思、言、行爲，
— 使我們所作的一切都能使祢歡心。
求祢轉面不要看我們的罪過，
— 請除掉我們的一切罪惡。
主，請藉祢的十字架和復活，
— 使我們充滿聖神的安慰。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，祢以聖子眞理之光，燭照我們靈性的愚昧。求祢賞賜我們堅強的信德，使祢以聖寵在我們心中點燃的愛火，不爲任何誘惑所撲滅。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 創造人類的天主，只有祢能治理宇宙，
造生萬物，讓大地遍佈走獸爬蟲；
2. 祢又賜予人類無數生物，花草樹木，
家禽牲畜，任由人類管理取用。
3. 求祢驅逐邪惡，保祐祢的僕人，
也使我們的生活與行動，
永不辜負主的恩寵。
4. 求主廣施慈愛，賜喜樂，加助祐，
排除糾紛，大家和氣共融。
5. 仁慈的天父，
偕唯一聖子及施慰的聖神，
統治大地人類，世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 *四零：病中祈禱*

「你們中間跟我一起吃飯的，有一個要出賣我」（谷一四，18）

對經一

復活期外：

上主，我犯了罪，求祢治愈我。

復活期：

基督為我們成了貧窮，是要使我們成為富有，阿肋路亞。

體恤窮人的，眞是有福，※
他遭難的時日，上主必會救助。
　　上主必保祐他，
　　使他生存，在世享福，※
　　決不將他交給仇敵，任其侮辱。
他臥病在床，上主必會醫治，※
他身患重病，必賜他轉危爲安。
　　我曾說：
　　「上主，我犯罪得罪了祢，※
　　求祢憐憫我，醫治我。」
我的仇敵辱罵我說：※
他何時才死，他的名字何時才被遺忘？
　　即使有人來探望我，
　　也是虛情假意，※
　　他們心懷叵測，一出門便胡言亂語。
惱恨我的人都在交頭接耳，※
猜想我患了什麼絕症：
　　「他已身患惡疾，※
　　必然一病不起！」
甚至我最信賴的知心好友，※
同桌共食的，也舉腳踢我。
　　上主，求祢憐憫我，治愈我，※
　　讓他們得到報應。
我知道祢眞正喜愛我：※
因爲我的仇敵不能再戰勝我。
　　因爲我純潔無罪，祢便助祐我，※
　　使我永遠侍立在祢面前。
願以色列的天主、上主，受讚頌，※
從太古直到永遠。阿們！阿們！

聖詠禱詞

上主，祢治愈我們靈魂和肉身上的疾病。祂稱那些慈悲待人的人是「有福的」，因爲他們也將接受憐愛，請教導我們以兄弟之愛，善待窮困和急需的人，好使我們蒙祢接納，並能永遠與祢同在。阿們。

聖詠四五：*天主是人的救助和力量*

「人將稱祂的名字爲厄瑪努爾，意思是：天主與我們同在。」（瑪一，24）

對經二

復活期外：

萬有的上主與我們同在，雅格的天主是我們的保障。

復活期：

一道河流給天主的城帶來喜樂，阿肋路亞。

天主是我們的避難所和力量，※
是患難中可隨時得到的保障。
　　因此，縱然大地震盪，※
　　高山沉入海洋；
儘管怒濤澎湃，群山震撼，※
我們也不因此而驚慌：
　　萬有的上主與我們同在，※
　　雅格的天主是我們的保障。
一道河流給天主的城帶來喜樂，※
它是至高者居住的聖所。
　　天主安居城中，它絕不會動搖，※
　　曙光一現，天主即刻支援。
萬民儘管喧嚷，列邦儘管騷亂，※
天主一聲喝叱，大地立即鎔解。
　　萬有的上主與我們同在，※
　　雅格的天主是我們的保障。
請你們來看上主的作為，※
看祂在地上所行的奇事：
　　祂平息戰爭，直到地極，※
　　祂折弓斷矛，燒毀盔甲。
你們要停戰！承認我是天主，※
萬民的至尊，大地的上主。
　　萬有的上主與我們同在，※
　　雅格的天主是我們的保障。

聖詠禱詞

上主，祢是祢子民的助祐和力量，保護那慘遭不幸而投靠祢的人，請側耳俯聽祢信眾的禱聲，幫助我們服從祢的聖意。阿們。

聖歌 *默一五，3-4：崇敬上主的讚美詩*

對經三

復活期外：

上主，萬民都要前來朝拜祢。

復活期：

讓我們向上主謳歌，因為祂獲得了極光榮的勝利，阿肋路亞。

上主，全能的天主，※
祢的作爲何等偉大奇妙！
萬世的君王，※
祢的道路多麼公平眞實！
上主，誰敢不敬畏祢？※
誰敢不稱揚祢的名號？
因爲只有祢是聖善的，+
萬民都要前來朝拜祢，※
因爲祢彰顯了祢的正義。

短讀經 *羅一五，1-3*

我們信心堅強的人，該扶持那弱小者，不可只顧自己的喜好；我們每個人都該顧及別人的利益，使他們滿意，而建立信心。因爲基督並沒有尋求自己所好，却如經上所說的：「那侮辱你者的咒罵，都落在我身上。」

對答詠

領：基督愛了我們，
以祂的血洗滌了我們。
答：基督…
領：使我們成爲天主的子民和祭司。
答：以祂的血洗滌了我們。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：基督…

謝主曲對經：

祂曾念及自己的仁慈，扶助了我們這些僕人。

禱詞

天主俯聽貧窮人的祈禱，使饑餓的人得到飽飫；我們要讚美祂，誠懇地向祂呼求：

上主，求祢向我們顯示祢的仁慈。
上主，至仁慈的大父，
我們爲祢教會中受苦的肢體，懇求祢，
— 肢體的首領，曾爲我們懸在十字架上，
完成了晚祭。
求祢使被囚的人獲得自由，
使瞎子的眼睛復明，
— 求祢支持孤兒和寡婦。
求祢使所有的信徒，佩上祢的全副武裝，
— 使他們能抵抗魔鬼的狡滑。
主，求祢在我們臨終時，施恩保祐我們，
— 使我們始終作祢忠實的子女，
也使我們平安的離開這個世界。
求祢引領逝世的人進入祢光明的住所，
— 使他們永遠仰瞻祢的聖容。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，我們從祢聖子蒙難的榜樣取得教訓；求祢使我們效法祢的聖子，常能愉快地挑起祢所賜予的輕鬆的擔子。

結束詞 *見常用經文*

第一週：星期六

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
大地和地上的萬物屬於上主，請大家前來朝拜。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨　禱

讚美詩

1. 黎明初現，白晝開始，
誘惑遠去，光明在望；
2. 夜的陰影消逝，失足跌倒的人，
快速振作奮起，懇求上主原諒。
3. 在這一週最末的清晨，我們虔恭讚頌，
早日脫離黑暗的威脅，
進入上主的光芒。
4. 光榮歸於父，及唯一聖子，
施慰的聖神，萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一一八，145-152 (六)

對經一

復活期外：
天亮以前，我的雙眼就盼望著祢。

復活期：
上主，祢是仁慈的，求賜我新的生命，阿肋路亞。

上主，我全心呼求祢，求祢俯聽，※
我要遵守祢的誡命。
　　我呼求祢，求祢救助，※
　　使我遵守祢的法度。
天亮以前，我就起來呼救，※
切望祢的訓誨。
　　我徹夜醒寤不眠，※
　　默思祢的訓言。
上主，祢是仁慈的，請俯聽我的呼聲，※
祢是正義的，求賜我新的生命。
　　惡意迫害我的人，已經臨近，※
　　他們都遠離了祢的教訓。
上主，祢就在我身邊，片刻不離，※
祢的誡命都是真理。
　　我早已熟悉祢的法律，※
　　是祢所制訂，千古不變。

聖詠禱詞

上主，求祢諦聽祢教會的禱聲，時刻在我們身邊；在受迫害的時候，支持我們，保護我們。阿們。

聖歌 *出一一五，1-4, 8-13, 17-18:*

渡紅海後的勝利之歌

「戰勝那獸的人，高唱天主之僕梅瑟的歌曲」

（參照默一一五，2-3）

對經二

復活期外：

上主是我的力量，我的榮耀，祂曾拯救了我。

復活期：

那些勝利者都唱著天主之僕梅瑟的詩歌、和羔羊的詩歌，阿肋路亞。

我要歌頌上主，因為祂大獲全勝，※
將戰馬和騎士投入了海中。
　　上主，我的力量，我的榮耀，※
　　祂曾拯救了我。
祂是我的天主，我要頌揚祂，※
祂是我祖先的天主，我要讚美祂。
　　上主是戰士，
　　祂的名號是「上主」，※
　　祂把法郎的戰車和軍隊投入海底。
祢一震怒，大水匯聚，波濤高聳如堤，※
深淵凝固在海底。
　　仇人說：我要追擊，我要擒獲，+
　　分得戰利品，我才心滿意足，※
　　我要拔劍，親手把他們斬除。
祢一嘘氣，大海就把他們淹沒，※
像鉛塊一般沉入深淵。
　　上主，眾神之中誰能像祢？+
　　誰能像祢那樣神聖尊威？※
　　赫赫可畏，施行奇蹟？
祢一伸手，大地就把他們吞下，※
祢以慈愛領出了祢救贖的子民。
　　祢以大能，※
　　領他們走向祢的聖所。

上主，祢把他們領到祢立為基業的山上，+
培植他們在祢所準備的地方，※
就是祢親手建立的聖所。

上主為王，※
萬世無疆。

聖詠一一六：讚美憐憫人的上主

「我是說… 使外邦人也能光榮慈悲的天主。」

（羅一五，8, 9）

對經三

復活期外：
萬國啊！請讚美上主。+

復活期：
上主對我們慈悲無量，阿肋路亞。

萬國啊！請讚美上主，※
+萬民哪！請歌頌上主。

因為上主對我們慈悲無量，※
祂的眞誠永世常存。

短讀經 *伯後一，10-11*

弟兄們：你們要盡心竭力，使你們的蒙召和被選，賴善行而堅定不移；果眞如此，你們就決不會跌倒。的確，這樣你們便有把握，進入我們的主救主耶穌基督永恒的國度。

對答詠

領：上主，祢是我的避難所，我呼求祢。
答：上主…
領：在這人世間，祢是我的福分。
答：我呼求祢。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

讚主曲對經：
上主，求祢光照那坐在黑暗中、死影下的人群。

禱詞
基督願意在各方面都相似弟兄們，好能在天主面前作他們仁慈而可靠的大祭司；我們感謝祂，一起向祂祈禱：

主，求祢為我們打開祢聖愛的寶藏。
正義的太陽，祢藉聖洗聖事，
照亮了我們，
— 我們願意把這一天奉獻給祢。
在今天的每個時辰中，我們都要讚美祢，
— 在一切事上，讚美祢的聖名。
祢的母親瑪利亞，常常聽從祢的聖言，
— 求祢引導我們的腳步，
使我們如同聖母一樣，常常遵從祢的聖意。
我們生活在這可朽壞的塵世，
求祢使我們期待那不可朽壞的天國，
— 好能藉著信、望、愛三德
從現在就預先嘗到祢那眞福的喜樂。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，求祢以聖子復活的光輝，照亮我們的心靈；使我們能脫離罪惡的黑暗，抵達永光的境界。

結束詞 *見常用經文*

第二週：主日

第一晚禱

領：天主，求祢快來拯救我。
　　願光榮歸於父。起初如何（阿肋路亞）

讚美詩

1. 上主，全能的天主，萬有的根源，
   祢創造了一切，大地充滿祢的恩典。
2. 創造的大功告成時，祢宣佈安息，
   使我們在勞苦中，心神輕鬆喜歡。
3. 求祢沛降福祐，助我懺悔一生的罪過，
   進德修業，勇往直前。
4. 當最後審判來臨時，不憂不懼，
   大家齊歡欣，享受永遠的平安。
5. 大慈大悲的聖父，與父同體的聖子，
   施慰者聖神，請垂聽我們的呼喚。
6. 萬民臣服，榮耀不衰，
   君臨天下，直到永遠。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一八，105-112 (由)：

默想法律中上主說的話

「這是我的誡命：你們該彼此相愛。」

（若一五，12）

對經一

常年期：

上主，祢的話是我腳步前的明燈，阿肋路亞。

將臨期：

新的熙雍女子，你要歡喜快樂，因為你的君王就要來臨，溫和慈祥地來拯救我們的靈魂。

四旬期第二主日：

耶穌帶領伯鐸、雅格和他的兄弟若望，登上了一座高山，就在他們面前改變了容貌。

聖枝主日：

我天天在你們當中、在聖殿裏施教，你們却沒有逮捕我。現在你們却鞭打我，把我領去釘在十字架上。

復活期：
那實行真理的，必來到光明之中，阿肋路亞。

祢的話是我腳步前的明燈，※
是我道路上的亮光。
　　我今起誓，堅心定志，※
　　遵守祢正義的諭令。
上主，我受苦確已深重，※
求祢照祢的諾言，保全我的性命。
　　上主，請悅納我口中的頌讚，※
　　教導我明瞭祢的判斷。
我的生命不斷處於危險，※
我卻沒有忘記祢的規範。
　　惡人雖然給我設下陷阱，※
　　我卻沒有違背祢的誡命。
祢的訓誨是我永久的基業，※
使我心中喜悅。
　　我要決意奉行祢的規範，※
　　步步遵循，直到永遠。

聖詠禱詞

上主，求祢以祢的聖言光照我們所走的道路，教導我們必須知道的一切，指示我們應該走的方向。阿們。

聖詠 一一五：*上主是我的基業*

「上主解除了耶穌死亡的痛苦，使祂復活了。」

（宗二，24）

對經二

常年期：
上主，在祢面前才有圓滿的喜悅。

將臨期：
你們要強固痿弱的手；鼓起勇氣說：請看，我們的天主就要來拯救我們，阿肋路亞。

四旬期第二主日：
祂的面容好像太陽一樣照耀；祂的衣服潔白，放射著眩目的光芒。

聖枝主日：

有上主天主助祐我，因此我決不會受辱。

復活期：

死亡的痛苦解除以後，主就復活了，阿肋路亞。

天主，求祢保祐我，※
因爲祢是我的寄託。
　　我對上主說：「祢是我的上主，※
　　沒有祢，我就沒有幸福。」
對世上的賢者、聖徒，※
我內心是多麼傾慕！
　　人們皈依了其他的神明，※
　　必然會痛苦倍增；
我絕不向他們奉獻奠血之祭。※
他們的名字，我也絕口不提。
　　上主，祢是我的基業，我的一切，※
　　是祢掌握著我的命運。
祢給我劃分的是優美的地區，※
我分得的產業實在令我滿意。
　　我要讚頌引導我的上主，※
　　我的良知連夜間也督促我。
我時刻仰望上主，※
有祂在我身邊，我決不動搖。
　　因此我心裏高興，五內喜歡，※
　　我的肉軀也無憂安眠。
因爲祢絕不會將我遺棄在陰間，※
也不會讓祢的聖者遭受腐朽。
　　祢必要指示給我生命之道，+
　　在祢面前才有圓滿的喜悅，※
　　在祢身邊才有永遠的福樂。

聖詠禱詞

上主，誰能測量祢愛的深奧！祢讓祢的聖子盡飲死亡的杯爵，可是祢沒有令祢的聖者見到腐朽，却帶領祂光榮的回到天鄉。求使我們只在祢那裏追求眞幸福，並在復活的光榮中，於祢面前獲享圓滿的喜樂。阿們。

聖歌 斐二，6-11：基督是天主的僕人

對經三

常年期：
天上人間，一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜，阿肋路亞。

將臨期：
法律藉著梅瑟而傳授，恩寵與真理則由耶穌基督而施予。

四旬期第二主日：
梅瑟與厄里亞談論祂在耶路撒冷所要完成的一切。

聖枝主日：
主耶穌自謙自卑，服從至死，且死在十字架上。

復活期：
基督不是必須先這樣受苦，然後才進入祂的光榮嗎？阿肋路亞。

耶穌基督雖具有天主的形體，※
卻沒有因自己與天主同等的地位，
把持不捨。
　　反而空虛自己，取了奴僕的形體，※
　　降生成人，與常人無異。
形態上完全與人一樣，※
祂自謙自卑，服從至死，
且死在十字架上。
　　因此，天主高高舉揚了祂，※
　　賜給祂一個名號，超越一切名號。
使天上人間，和地下的一切，※
一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。
　　眾口同聲都明認耶穌基督為主，※
　　以光榮天主聖父。

短讀經　哥一，2b-6a

願我們的天父和主耶穌基督，賜給你們恩寵及平安。

我們在祈禱時，常為你們感謝我們的主耶穌基督之父：因為我們聽說你們對基督耶穌有信心，而且對眾人有愛心。你們起

初接受福音真理的時候聽到過這福音帶給你們的希望，因此你們的信心和愛心，都以那為你們保存在天上的希望為根據。這福音不但傳到你們那裏，也傳遍全世界，不斷地生長，不斷地結果；在你們那裏，也是一樣。

對答詠

領：從太陽東升到西墜，
　　　願上主的聖名受讚美。
答：從太陽…
領：祂的光榮凌駕穹蒼。
答：願上主的名受讚美。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：從太陽…

謝主曲對經　*見季節專用經文*

禱詞

天主護祐祂特選的民族，使他們幸福。我們要念及祂的慈愛，感謝祂的恩惠，呼求祂說：

　上主，我們信賴祢。

寬仁的聖父，我們為我們的教宗，和我們的主教，祈求祢，
— 求祢保護他們，用祢的德能聖化他們。
願病弱的人
常感到自己是與基督一起受苦，
— 也能從為人受苦的基督，得到安慰。
求祢仁慈眷顧無家可歸的人，
— 使他們找到適當的居所。
求祢恩賜風調雨順，五穀豐登，
— 使人人獲得日用的食糧。
（或：求祢仁慈保護我們的民族免受災禍，
— 使他們安居樂業，能自由敬禮祢—
天地的真主。）
上主，求祢大發慈悲，眷顧去世的人，
— 使他們進入天鄉。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天

上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見季節專用經文*

結束詞 *見常用經文*

序　經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：

我們是上主的子民，是祂牧場的羊群，請大家前來朝拜。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨　禱

讚美詩

1. 夜的陰影已經消逝，曙光開始照耀大地，
讓我們齊心協力，虔恭致敬，
歌頌全能的上主。

2. 求主大發慈悲，驅除焦慮不安，
賞賜救恩與所需，願慈父的照顧，
永不撤除。

3. 天地眞神，俯允我們的祈求，
聖父聖子聖神，天涯海角，同享榮福。
阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一一七：歡樂和得救的歌聲

「這就是你們匠人棄而不用的廢石，反而成了屋角的基石。」（宗四，11）

對經一

常年期：

奉主名而來的，當受讚美，阿肋路亞。

將臨期：

我們有一座堅城熙雍，救主將建造城牆外郭保護它；請你們大開城門，因為天主與我們同在，阿肋路亞。

四旬期第二主日：
上主的右手獲得了勝利，上主的右手將我高舉。

聖枝主日：
前來過節的群眾，向上主歡呼：奉主名而來的，應受讚美。「萬歲」之聲，響徹雲霄。

復活期：
這是上主所選定的一天，阿肋路亞。

請大家頌謝上主，因為祂美善寬仁，※
祂的慈愛永遠常存。
　　願以色列子民說：※
　　上主的慈愛永遠常存。
願亞郎家族說：※
上主的慈愛永遠常存。
　　願敬畏上主的人說：※
　　上主的慈愛永遠常存。
我在急難中呼求了上主，※
祂就俯聽了我，將我救出。
　　上主在我身邊，我無恐無懼，※
　　世人對我又能如何？
上主在我身邊，作我的助祐，※
我必見到我的仇人蒙羞。
　　投奔上主，※
　　勝過依賴世人。
投奔上主，※
勝過依賴權貴。
　　縱然萬民都來圍困我，※
　　我必能靠上主的名把他們消滅。
縱然他們由四方來圍困我，※
我必能靠上主的名把他們消滅，
　　縱然他們猶如黃蜂一般的圍困我，＋
　　好似荊棘中焚燒的烈火，※
　　我必能靠上主的名把他們消滅。
雖然他們用力推我，
想把我推倒，※
但是上主必前來扶持我。
　　上主是我的力量，我的歌詠，※
　　上主是我的救主。

從義人居住的帳幕中， ※
響起了勝利的歡呼聲：
　　上主的右手獲得了勝利！ +
　　上主的右手把我高高舉起， ※
　　上主的右手獲得了勝利。
我絕不至於死， 必要生存， ※
我要宣揚上主的作爲。
　　上主懲罰我嚴厲非常， ※
　　却沒有把我交於死亡。
請給我敞開正義之門， ※
我要進去向上主謝恩。
　　正義之門屬於上主， ※
　　只有義人才能進入。
我稱謝祢， 因爲祢俯允了我， ※
將祢的救恩賜給了我。
　　匠人棄而不用的廢石， ※
　　反而成了屋角的基石。
這是上主的作爲， ※
在我眼中神奇莫測。
　　這是上主選定的一天， ※
　　我們要歡欣鼓舞。
上主！ 求祢救助， ※
上主！ 求祢賜福。
　　奉主名而來的當受讚美， ※
　　我們從上主的殿內向你們祝福。
上主是天主， 祂賜給了我們光明， ※
請攜帶樹枝， 向祭壇列隊前進。
　　祢是我的天主， 我稱謝祢， ※
　　祢是我的天主， 我讚揚祢。
請大家頌謝上主， 因爲祂美善寬仁， ※
祂的慈愛永遠常存。

聖詠禱詞

天主， 祢使復活節成爲極度喜慶的一天， 匠人棄而不用的廢石， 竟變成了屋角的基石。 求祢爲各民族敞開教會之門， 以祢復活的歡愉充滿人間。 阿們。

聖歌 達三, 52-57 :

一切受造物都應歌頌上主

「造物主…… 永受讚美。」（羅一，25）

對經二

常年期：

我們要詠唱詩歌，讚美我們的天主，阿肋路亞。

將臨期：

凡口渴的，請到水泉這裏來：趁著上主還能找到時，你們要尋找祂，阿肋路亞。

四旬期第二主日：

讓我們歡唱三聖童在火窯中所唱的詩歌，讚頌上主。

聖枝主日：

願我們信友與諸位天使、兒童，向死亡的戰勝者同聲歡呼：「萬歲！萬萬歲！」

復活期：

上主，我們的天主，你在穹蒼之上，當受頌讚，當受稱揚，直到永遠，阿肋路亞。

上主，我們祖先的天主，當受頌讚，※
當受稱揚和頌讚，直到永遠。
　　祢光榮的聖名，當受頌讚，※
　　當受稱揚和頌讚，直到永遠。
祢在祢光榮的聖殿中，當受頌讚，※
當受稱揚和頌讚，直到永遠。
　　祢在祢王國的寶座上，當受頌讚，※
　　當受稱揚和頌讚，直到永遠。
祢坐在天使之上，透視深淵，當受頌讚※
當受稱揚和頌讚，直到永遠。
　　祢在穹蒼之上，當受頌讚，※
　　當受稱揚和頌讚，直到永遠。
上主的一切化工，請你們讚美上主，※
歌頌稱揚祂，直到永遠。

聖詠一一五零： *請你們讚美上主*

「你們要以心靈詠唱，就是以身心讚頌天主。」

（何西秋）

對經三

常年期：

請你們讚美上主的無限偉大，阿肋路亞。

將臨期：

請看，我們的上主要帶著威能降來，為光照祂僕人們的眼睛，阿肋路亞。

四旬期第二主日：

請在上主顯示威能的太空讚美上主。

聖枝主日：

奉主名而來的，應受讚美；願高天享平安，願光榮達於至高之天。

復活期：

請朝拜坐於寶座上的天主說：阿們，阿肋路亞。

請你們在上主的聖所中，讚美上主，※
在祂顯示威能的太空，讚美上主。
　　請你們讚美上主的豐功偉業，※
　　讚美上主的無限偉大！
請你們吹起號角，讚美上主，※
彈琴鼓瑟讚美上主，※
　　請你們擊鼓歌舞，讚美上主，※
　　撫弦吹簫讚美上主。
請你們用響亮的鐃鈸讚美上主，※
以鏗鏘的鐃鈸讚美上主！
　　一切有生命的，※
　　都要讚美上主。

聖詠禱詞

上主，天地的創造者，祢是聖人成聖的動力，祢給與悔改的罪人成義的恩寵。求祢使我們加入祢諸聖的行列，使我們永遠讚美祢。阿們。

短讀經　*則三六，25-27*

我要把清水灑在你們身上，洗淨你們，聖化你們，脫離各種不潔和各種偶像。我還要賜給你們一顆新鮮的心，在你們身上注入新的精神。除去你們鐵石的心，換上一顆血肉的心。再將我的神傾注在你們內，使你們遵從我的規律，恪守我的誡命。

對答詠

領： 天主，我們感謝祢，稱頌祢的聖名。
答： 天主…
領： 我們傳揚祢的奇功。
答： 稱頌祢的聖名。
領： 願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答： 天主…

讚主曲對經 *見季節專用經文*

禱詞

我們要感謝我們的救主，祂降來塵世，爲使天主與我們同在。我們現在高聲呼求祂說：

基督，光榮的君王，
祢是我們的光明和喜樂。

主基督，祢是出自高天的光明，
是未來復活者的初果，
— 求祢使我們追隨祢，好能避惡行善，
得到將來復活的光榮。

求祢使我們在所有受造物中
看到祢的美善，
— 讓我們到處仰瞻祢的光榮。

主，求祢今天不要讓邪惡制勝我們，
— 但使我們以善勝惡。

祢曾在約旦河受洗，受聖神傅油，
— 求祢使我們今天善用聖神賜予的恩寵。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見季節專用經文*

第二晚禱

讚美詩

1. 太陽下山，黃昏已近，
三位一體的天主，
光明的光明，照耀我們的心靈。

2. 讚美祢在早晨， 讚美祢在傍晚，
我們永遠光榮祢，
永遠向祢呼求， 向祢歌頌。

3. 全能的聖父， 聖子及聖神，
三位一體的天主，
保祐國泰民安， 俯聽我們的禱聲。
阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一零九，1-5, 7:

默西亞是君王兼祭司

「基督必須為王，直到把一切仇敵屈服在祂腳下。」（格前一五，25）

對經一

常年期：

主基督按照默基瑟德的品位， 永為祭司。

將臨期：

請看， 上主要帶著威能乘雲降來， 阿肋路亞。

四旬期第二主日：

上主在神聖的光輝中將伸出你大能的權杖。

聖枝主日：

祂被人擊傷， 受人貶抑， 天主卻用自己的右手將祂高舉。

復活期：

天主使基督從死者中復活了， 讓祂在天上坐在自己的右邊， 阿肋路亞。

上主對我主起誓說：
祢坐在我的右邊， ※
等我使祢的仇敵， 做祢的腳凳。
上主由熙雍伸出祢的權杖： ※
祢要在祢仇敵中統治為王。
在聖山上， 祢誕生之日，
王位就屬於祢， ※
我已經生了祢， 好像在黎明之前的朝露。
上主發了誓， 絕不反悔： ※
「祢按照默基瑟德的品位，
永為祭司。」

上主常在祢的右邊， ※
祂在發怒之日，必要粉碎列王。
　　君王將在路旁暢飲溪水， ※
　　因此祂將挺胸抬頭。

聖詠禱詞

上主，祢派遣祢的聖子救拔了我們，祂是我們至高的祭司，永恒的君王；求祢使整個世界，從日出到日落，都奉獻祢聖子的純潔犧牲，並使天下萬國都歸向祂，成為一個神聖的子民。阿們。

聖詠 一一三B：*讚頌真天主*

「你們拋棄偶像而皈依天主，是為了侍奉永生而真實的天主。」（得前一，9）

對經二

常年期：
我們的天主在天上，祂要作什麼，都如願以償。

將臨期：
上主必要出現，決不食言；如果尚未來到，你要等待，因為祂一定要來，決不遲延，阿肋路亞。

四旬期第二主日：
我們所敬奉的天主只有一個，是祂創造了天地。

聖枝主日：
基督的血洗淨我們，是要我們事奉生活的天主。

復活期：
你們已背棄偶像，皈依生活的天主，阿肋路亞。

上主，
光榮不要歸於我們，不要歸於我們， ※
祢是慈愛而真誠的，
願光榮歸於祢的聖名。
　　不要讓外邦人說： ※
　　「他們的天主在那裏？」
我們的天主在天上； ※
祂要作什麼，都如願以償。

外邦人的偶像是金銀， ※
都是人手的彫塑品。
他們有口而不能言， ※
有眼而不能見。
有耳却不能聽， ※
有鼻却不能聞。
有手而不能觸摸， 有腳而不能行走， ※
雖有喉嚨， 卻不能出聲。
願製造偶像的人都同偶像一樣， ※
信賴偶像的人也與偶像一般。
以色列， 你們要信賴上主， ※
祂才是你們的助祐和保護。
亞郎家族， 你們要信賴上主， ※
祂才是你們的助祐和保護。
敬畏上主的人應信賴上主， ※
祂才是你們的助祐和保護。
上主眷念我們， 也必降福我們， ※
降福以色列， 降福亞郎的子孫。
上主必降福敬畏祂的人， ※
不分大小貧富。
願上主使你們繁榮， ※
使你們和你們的子孫興隆。
願你們蒙受上主的降福， ※
祂是天地的創造主。
蒼天是屬於上主的蒼天， ※
祂却賜給人類大地塵寰。
死人不能讚頌上主， ※
降入陰府的人也不能讚頌上主；
我們却要讚頌上主， ※
從現今直到永遠。

聖詠禱詞

宇宙的創造者， 祢按祢的肖像創造了人， 並且賦給他經營大地的使命， 祢要他在祢所造的萬物身上， 欣賞、崇拜祢的全能。 求祢教導萬民， 認識他們的使命， 並在基督內稱揚祢的偉大和聖善。 阿們。

四旬期外

聖歌 *默一九， 1, 2, 5-7: 羔羊的婚筵*

對經三

常年期：

上主的僕人，無論大小尊卑，請讚美天主，阿肋路亞。

將臨期：

上主是我們的立法者，上主是我們的君王，祂必來拯救我們。

復活期：

阿肋路亞，勝利、光榮、威能歸於我們的天主，阿肋路亞。

阿肋路亞！
勝利、光榮和德能，屬於我們的天主，※
祂的判斷眞實而又公平。
阿肋路亞。
　　阿肋路亞！
　　天主的僕人，請讚美我們的天主，※
　　凡敬畏祂的人，無論大小尊卑，
　　請讚美天主。
　　阿肋路亞！
阿肋路亞！
我們上主全能的天主已經爲王，※
我們要歡欣鼓舞，將光榮歸於天主。
阿肋路亞！
　　阿肋路亞！
　　羔羊的婚期已經臨近，※
　　祂的新娘也盛粧以待。
　　阿肋路亞！

四旬期

聖歌 *伯前二, 21-24:*

天主之僕基督自願忍受苦難

對經三

第二主日：

天主連自己的兒子也不顧惜，竟為我們眾人把祂交出。

聖枝主日：

祂在十字架上親身擔負了我們的罪過，是要我們死於罪惡，活於正義。

基督爲你們忍受了痛苦，+
給你們留下了榜樣，※
使你們能追隨祂的足跡。
　　祂平生從未犯罪，※
　　從未口出欺人之言。
祂受辱罵，從不還口，+
祂受虐待，也不報復，※
只把自己交給那公義的審判者。
　　祂身懸十字木架上，※
　　親身承擔了我們的罪過，
使我們死於罪惡，而活於正義，※
你們是因祂的創傷才獲得痊癒。

短讀經　*得後二，13-14*

主所喜愛的弟兄們！我們該時常爲你們感謝天主，因爲天主揀選了你們，藉聖神而聖化，信從眞理而首先得救；因此，天主也藉著我們宣講的福音，召叫了你們，使你們得沾我們的主耶穌基督的光榮。

對答詠

領：我們的天主何其偉大，
　　祂的能力無限無量。
答：我們…
領：祂的智慧深不可測。
答：祂的能力無限無量。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：我們…

謝主曲對經　*見季節專用經文*

禱詞

願基督受光榮受讚頌。祂拯救那藉著祂親近天主的人，因爲祂永遠活著，爲我們轉求。我們憑這種信仰，向祂懇求：

主，請垂顧祢的子民。

祢是正義的太陽，在這日落黃昏的時刻，求祢照耀整個人類，

一　使我們常沐浴在祢永恒不衰的光輝中。
求祢持守祢以神聖的血訂立的盟約，
一　並聖化祢的教會，使它純潔無瑕。
主，求祢記得祢的會眾，
一　和祢居住的殿宇。
求祢保護旅行在外的人，
使他們旅途平安，諸事順利，
一　使他們安全而愉快地，到達目的地。
上主，求祢收納亡者的靈魂，
一　赦免他們的過犯，賞賜他們永遠的光榮。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見季節專用經文*

結束詞　*見常用經文*

第二週：星期一

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請大家向上主歌唱聖詩，歡呼吟詠。

聖詠 *第九十四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 上主，光明的主宰，祢是光明的光明，
祢使黑夜消逝，白晝再度來臨。
2. 祢比太陽還要明亮，燭照心靈的深處；
群星在祢面前，俯首稱臣；
3. 祢是宇宙的眞神，照耀乾坤，
創造萬有的上主，垂愛世人；

4. 求祢照顧弱小， 沒有祢的恩寵護祐，
我們面對邪惡， 都會心驚膽震。
5. 基督， 大慈大悲的君王， 偕聖父及聖神，
同享光榮， 永無窮盡。 阿們。

聖詠吟唱

聖詠 四一：

渴望朝見天主和祂的聖殿

「口渴的人，請來吧！ 願意的人，就汲取生命之水。」（默二二，17）

對經一

復活期外：

我何時才能見到天主的慈顏？

聖週：

耶穌說：我的心靈憂傷欲絕，你們要留在這裏，與我一同警醒。

復活期：

天主，我的心渴慕祢，就像小鹿渴望清泉，阿肋路亞。

天主，我的心渴慕祢， ※
就像小鹿渴望清泉。
我的心渴慕天主，生活的天主， ※
我何時才能見到天主的慈顏？
有人天天向我說：
「你的天主在那裏？」 ※
我日夜哀哭；眼淚竟成了我的飲食。
我昔日伴同歡樂的人群歡呼讚頌，+
率領群衆晉謁天主的聖殿， ※
心靈便不禁悲嘆憂傷。
我的靈魂，你爲何悲傷，爲何憂愁，+
要仰望天主，讚頌天主， ※
因爲祂是我的救援，我的天主。
我在約旦地區，赫孟山，米匝嶺， ※
一想到祢，心中就不禁悲痛。
祢的瀑布發出巨響，+
深淵與深淵的回聲相應， ※
祢的洪濤巨浪，漫過我的頭頂。
白晝上主廣施慈惠， ※
夜間我謳歌讚美賜我生命的天主。

我向天主我的磐石說：
「祢為什麼忘了我？ ※
為什麼讓我遭受仇人壓迫而沮喪？」
　　我的仇敵辱罵我，使我心碎，※
　　他們終日對我說：
　　「你的天主在那裏？」
我的靈魂，你為何悲傷，為何憂愁？+
要仰望天主，讚頌天主，※
因為祂是我的救援，我的天主。

聖詠禱詞

上主，求祢顯示祢的聖容，使我們不要沮喪憂傷；求祢息怒，寬恕我們。我們的靈魂渴慕祢，猶如小鹿渴慕溪水；求祢領我們到達永生幸福的泉源，在那裏永遠暢飲。阿們。

聖歌 *德三六，1-7, 13-16:*

為聖城耶路撒冷祝禱

「認識祢是唯一的天主，和祢所派遣來的耶穌基督，就是永生。」（若一七，3）

對經二

復活期外：

上主，求祢使我們得見祢仁慈的光輝。

聖週：

現在正是這世界受審判的時候；現在這世界的元首就要被趕走。

復活期：

上主，求祢使熙雍洋溢著讚頌祢的歌聲，陳述祢的偉大事跡，阿肋路亞。

萬有的天主，求祢救助我們，
垂顧我們，※
顯示給我們祢仁慈的光輝。
　　使尋找祢的萬民，※
　　都對祢起敬起畏。
讓他們知道除祢以外，沒有別的天主，※
因而傳揚祢偉大的作為。
　　求祢舉起手來，打擊外邦人民，※
　　使他們看到祢的威能。

正如祢藉著他們，
顯示給我們祢是聖者，※
同樣也必藉著我們，
顯示給他們祢的偉大。
　　使他們認識祢，
　　像我們認識祢一樣，※
　　因爲除祢以外，別無眞神。
上主，求祢再顯神蹟，重行奇事，※
彰顯祢手臂的大能。
　　求祢集合雅格的衆支派，+
　　使他們明白除祢以外，別無眞神，※
　　使他們傳揚祢的豐功偉業。
使他們分得產業，※
如同古代一樣。
　　求祢憐憫那呼求祢名的百姓，※
　　就是祢立爲長子的以色列；
憐憫祢的聖城耶路撒冷，※
就是祢安居的處所，
　　使熙雍洋溢著讚頌祢的歌聲，※
　　使聖殿充滿祢的光榮。

聖詠 一一八 (A)：*讚頌萬物的造物主*

「旭日由高天照耀我們，… 引我們走向和平之路。」（路一，78-79）

對經三

復活期外：

上主，祢在穹蒼之上，當受讚美。

聖週：

我們信德的創始者和完成者耶穌，忍受了十字架，輕看了羞辱，現在就坐在天主的右邊。

復活期：

天主的榮耀照明全城，羔羊就是這城的明燈，阿肋路亞。

高天陳述天主的光榮，※
穹蒼宣揚祂手中的化工。
　　日與日互遞消息，※
　　夜與夜相傳知識。

不是言也不是語， ※
是聽不到的言語；
　　它們的聲音卻傳遍大地， ※
　　它們的言語也直達地極。
天主在天空為太陽搭起了帷帳，＋
太陽好似新郎步出洞房， ※
又像壯士就道，欣然奔放。
　　從天這邊出發，繞到天那邊， ※
　　萬物莫不接受它熱力的溫暖。

聖詠禱詞

天主，我們的慈父，祢派遣了祢的聖言來光照世界。求祢以真光照耀我們，使我們在祢的造化工程上認出祢的偉大，永遠讚美祢。阿們。

短讀經　*耶一五，16*

上主，我一聽到祢的話，我就吞了它，祢的話使我心靈歡樂舒暢。

上主，萬有的天主，因為我是屬於祢名下的人。

對答詠

領：義人，請向上主踴躍歡呼，
　　正直的人理當讚美上主。
答：義人…
領：請你們向上主高唱新歌。
答：正直的人理當讚美上主。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：義人…

讚主曲對經：

上主應受讚美，因為祂眷顧我們，救贖了我們。

禱詞

我們的救主使我們成為祂王國的子民和祭司，以奉獻悅樂天主的祭品；我們現在懷著感恩的心情呼求祂：

　主，求祢常保祐我們，
　使我們為祢忠誠服務。
永恒的祭司、基督，
祢讓祢的子民分享了祢的祭司聖職，

— 求祢使我們時常
奉上天主悅納的精神祭品。
求祢賜給我們聖神的果實，
— 就是忍耐，良善與溫和。
主，祢就是愛，求祢使我們愛祢，
以祢作我們所擁有的一切，
— 也使我們行善，一生讚美祢。
求祢使我們常能顧及弟兄們的需求，
而慷慨地伸出援手，
— 使他們更容易得到救恩。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

聖詠禱詞

上主，全能的天主，我們能有今日，全是祢的恩賜。但願我們在祢大力保護之下，不再犯罪；所有思、言、行為，都能符合祢的旨意。阿們。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 上主，永恒的救主，一切光明的來源，
俯聽我們的祈禱，驅散罪惡的陰影，
照耀祢的子民。
2. 一天的工作完成，懇求天父，
保祐我們平安；我們時時讚頌，
感謝祢無數的慈恩。
3. 夕陽西下，夜幕低垂，
祢的光輝，永不消逝，
日夜照耀著我們。
4. 仁慈的聖父，寬恕我們的過錯，
在漫漫長夜裏，以祢的慈光，
護守我們的心神。

5. 願天下萬國，普世權威，
一切榮耀，歸於聖父聖子聖神，
永無窮盡。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 四四：君王的婚筵

「新郎來了，你們出去歡迎吧。」（瑪二五，6）

壹

對經一

復活期外：
祢英俊無比，談吐溫雅。

聖週：
祂沒有引人注目的俊美、華麗，也沒有使我們戀慕的儀容。

復活期：
奉主名而來的，應受讚美，阿肋路亞。

我的心靈洋溢著優美的言詞，+
我向君王傾吐我的讚美詩：※
我的舌頭好像作家奔放的妙筆。
　　祢英俊無比，談吐溫雅，※
　　因此天主永遠賜福給祢。
大能者！請把劍佩在腰間，※
顯示祢的榮耀和威嚴。
　　為了維護眞理、慈善和正義，+
　　願祢勇往直前，※
　　願祢的右手使祢所向無敵；
祢的利箭射中了仇敵的心窩，※
萬民都將屈服在祢面前。
　　天主，祢的寶座永遠常存，※
　　祢手握權杖，治國公允。
祢喜愛正義，憎恨邪惡，+
因此上主－祢的天主，
給祢傅了喜樂的油，※
勝過其他的國王。
　　祢的衣冠散發沒藥、沈香，
　　和肉桂的芬芳；※
　　在象牙宮裏，為祢彈奏悅耳的弦樂。

在祢的嬪妃群中有各國的公主；※
王后佩帶著金飾，侍立在祢的右邊。

貳

對經二

復活期外：
新郎來了，你們出去歡迎吧！

聖週：
因為祂捨身成仁，我要使很多人歸屬祂，作為報酬。

復活期：
應邀來赴羔羊婚筵的人是有福的，阿肋路亞。

女兒！請聽，請看，也請細聽，※
忘却你的本族和家庭！
因爲君王戀慕你的美麗，※
祂是你的主，你要敬拜祂！
提洛的民衆要來向祢進貢，※
富足的人們也來朝見。
秀麗的公主深居王宮，※
她的衣裳以金絲繡成。
她身穿錦衣華服，前去謁見君王，※
由侍女陪伴，來到祢的身旁；
在歡樂歌舞聲中，※
一齊進入了王宮。
祢的子孫將繼承祢的列祖；※
立他們爲王，統治普天率土。
我要使祢的名號永垂不朽，※
萬民都要歌頌祢，直到永久。

聖詠禱詞

主耶穌基督，祢使人性和天主性、在祢身上，奇妙的結合在一起。求祢讓我們效法童貞聖母瑪利亞，忠實地接受祢的話，並終生保存，直到祢召叫我們回到天鄉，與祢永遠團聚的那一天。阿們。

聖歌 *弗一, 3-10: 論救主天主*

對經三

復活期外：

依照天主在愛子內所定的計劃，時期一滿，就使萬有總歸於基督。

聖週：

天主藉著祂的愛子賜給了我們這分鴻恩，使我們藉這位愛子的血得蒙救贖。

復活期：

我們都飽沾了祂滿溢的恩寵，而且恩上加恩，阿肋路亞。

願天主，
我們的主耶穌基督的父受讚美，※
祂在天上，在基督內，
賜給我們各種屬神的福分；
　　因為祂在創世之前，
　　已在基督內簡選了我們，※
　　使我們在祂面前聖潔無瑕。
祂又出於愛心，按照自己的決意，+
藉耶穌基督預定了我們，※
成為祂的義子，而歸祂所有。
　　使人頌揚祂恩寵的光榮，※
　　這是祂在愛子內賜給我們的恩寵。
我們藉祂愛子的血，在祂愛子內，※
獲得了救贖和罪過的赦免。
　　天主把這恩寵，
　　豐厚的傾注在我們身上，※
　　賜給我們各種智慧和明達，
使我們知道祂旨意的奧秘，※
這都是依照祂在愛子內所定的計劃。
　　按照祂的措施，時期一滿，※
　　就使上天下地的一切，重歸於基督。

短讀經　*得前二，13*

我們不斷地感謝上主，因為我們所傳授的天主的信息，你們已聽到了，也接受了，沒有把它視為人的信息，而確實當作天主的信息，這信息在你們信徒身上發揮著效力。

對答詠

領： 上主， 願我們的祈禱上升到祢台前，
在祢面前有如馨香。

答： 上主…

領： 願我們高舉的雙手，
好像晚間的祭獻。

答： 在祢面前有如馨香。

領： 願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
起初如何， 今日亦然， 直到永遠。

答： 上主…

謝主曲對經：

我的天主， 我要常常讚揚祢的偉大。

禱詞

基督愛護並百般照顧祂的教會， 我們讚頌祂， 大膽地呼求祂：

主， 求祢滿足祢子民的願望。

主耶穌， 求祢使所有的人得救，
— 並使他們認識眞理。

求祢保護我們的教宗， 和我們的主教，
— 對他們大力支援， 使他們克盡牧職。

求祢照顧那些尋找正當工作和失業的人。
— 使他們找到合適的職業， 度安定的生活。

主， 求祢作貧窮人的避難所，
— 在苦難中救助他們。

我們把那些已亡聖職人員託付於祢，
— 願他們在天鄉也不停地讚頌祢。

我們的天父， 願祢的名受顯揚； 願祢的國來臨； 願祢的旨意奉行在人間， 如同在天上； 求祢今天賞給我們日用的食糧； 求祢寬恕我們的罪過， 如同我們寬恕別人一樣； 不要讓我們陷於誘惑， 但救我們免於凶惡。

結束禱詞

全能的天主， 我們無用的人蒙祢鼓勵， 完成了今天的勞苦工作， 我們感謝祢所賞賜的鴻恩， 求祢接受我們的讚頌， 作爲今晚對祢的祭獻。

結束詞 *見常用經文*

第二週：星期二

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請大家前來朝拜上主、偉大的天主。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 創造光明的上主，祢是永恒的光明，
黑暗退避，白晝來臨，
眞光升起，群星失色。
2. 我們愉快的起床，向祢歌唱，
唱出感恩的詩歌，光明在望，
太陽戰勝了茫茫黑夜。
3. 神聖的上主，助祐我們拋棄私慾偏情，
避免動怒和紛爭，抵抗世俗的誘惑，
決不貪圖口腹之樂。
4. 祛除貪財的心思，遠離放蕩的行爲；
助我生活淡泊，潔身自愛，
效法基督的生活。
5. 大慈大悲的天父，俯聽我們的呼求，
偕聖子及聖神，萬世爲王，
永享福樂。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 *四二：渴望進入聖殿*

「我是來到世界的光。」（若一二, 46）

對經一

復活期外：

上主，求祢賜下光明和真理。

聖週：

上主，求祢為我伸冤，救我脫離狡詐邪惡的歹徒。

復活期：

你們來到了熙雍山和永生天主之城，阿肋路亞。

天主，求祢為我伸冤，+
駁斥褻聖的民族，※
救我脫離狡詐邪惡的歹徒。
　　天主，祢是我的保障，
　　為什麼把我拋棄？※
　　為什麼讓我在仇人的壓迫下，
　　終日憂戚？
求祢賜下光明和真理，※
引我到祢的聖山，進入祢的殿宇。
　　我要走向天主的祭壇，+
　　到使我心喜的天主台前，※
　　天主，我的天主，
　　我要彈琴讚頌祢。
我的靈魂，你為何悲傷？為何憂苦？+
我該仰望天主！再度頌揚祂，※
因為祂是我的救主，我的天主。

聖詠禱詞

上主，祢沒有憐惜祢的聖子，卻把祂交給死亡。然而在逾越節的清晨，祢使祂復活，得到了永恒的光榮。求祢不要使我們落入敵人手中，卻要使我們來到祢的祭台前，來到祢的聖山，祢永遠的居所，在那裏我們要欽崇祢的全能與偉大。阿們。

聖歌 *依三八，10-14，17-20:*

垂死時的悲傷，病癒後的喜樂

「我曾死過，現在卻活著，⋯死亡在我權下。」

（默一，17-18）

對經二

復活期外：
上主，在我們畢生的歲月裏，求祢時時助祐我們。

聖週：
上主，祢辯護了我的案件；上主，我的天主，祢贖回了我的生命。

復活期：
上主，祢保護了我的生命，免於喪亡，阿肋路亞。

我曾說過：我正值中年，就要去世；※
我的餘年將奔向陰府之門。
　　我說過：
　　我在人間再也見不到天主，※
　　在世上也看不到任何居民！
我的居所被拆去，※
好像牧童的帳幕被拔除；
　　祢好像織工捲起我的生命，+
　　由紡織機上把它割斷，※
　　祢從早到晚總想結果我。
我整夜呼救直到清晨，+
祢却像獅子咬碎我的骨骼，※
從早到晚總想結果我。
　　我呻吟如鴿子，哀鳴像乳燕，※
　　我的雙目仰望上天，疲憊不堪。
是祢搶救了我的生命，
使我脫離喪亡的深淵。
　　因爲祢將我的罪惡，
　　都拋在祢的腦後。
的確，陰府不會讚頌祢，+
死亡也不會稱揚祢，※
墜落深淵的人更不會仰望祢的信實。
　　活人，唯有活人讚頌祢，
　　像我今天一樣，※
　　爲父的要使兒女認識祢的眞誠。
上主，求祢拯救我，+
我們願以終生的歲月，※
在上主的殿內歌詠奏樂。

聖詠六四：隆重的謝恩詞

「熙雍可視爲天上的聖城。」（奧利振）

對經三

復活期外：

天主，祢當在熙雍受頌讚。+

聖週：

我正義的僕人將使多人成義，因為祂承擔了他們的罪過。

復活期：
祢眷顧了大地，普降甘霖，使大地肥沃，
阿肋路亞。

天主，祢當在熙雍受頌讚，※
+人許願，理當還願。
　　原來祢有求必應，※
　　血肉之人因罪而向祢投奔。
我們罪孽深重，不勝負荷，※
但祢都一一寬赦。
　　祢所選拔的人，
　　住在祢的庭院，眞是有福！※
　　祢的居所——祢殿中的美物，
　　使我們心滿意足！
天主，我們的救主，
祢廣施奇能拯救我們！※
天涯海角，普世萬民，都要信賴祢。
　　祢彰顯大能，※
　　以威力穩定山嶽；
祢平息了澎湃的海洋，※
咆哮的巨浪，和萬民的擾攘。
　　遠地的居民，因祢的奇跡而驚異；※
　　東西兩極的人，都歡天喜地。
祢眷顧大地，普降甘霖，使大地肥沃；+
天主的河川洋溢，五穀豐登，※
這都是出於祢的安排。
　　祢灌溉田畦，耙平土壤，※
　　降雨鬆軟土地，賜福幼苗生長。
祢普施慈惠，年年豐收，※
祢足跡所至，處處富裕。
　　牧場上牛羊成群，※
　　山林間，歡聲載道。
羊群滿山遍野，+
佳禾滿坑滿谷，※
萬象都在歌唱歡呼。

聖詠禱詞

上主，祢藉祢的聖子創造了宇宙萬物，並不是因爲祢需要萬物，而是因爲祢仁愛無量，願意施惠於我們；祢賜下甘霖，灌

溉大地、眷顧大地。求祢與教會常在一起，沛降恩寵，使教會與祢結合爲一，而日益完美。阿們。

短讀經 *得前五，4-5*

弟兄們，至於你們，你們並不生活在黑暗中，那日子不會像盜賊一樣偷襲你們。你們都是光明之子，白晝之子；我們不屬於黑夜，也不屬於黑暗。

對答詠

領：上主，求祢俯聽我的呼聲，
　　我切望聆聽祢的訓言。
答：上主…
領：黎明之前，我就起來呼救。
答：我切望聆聽祢的訓言。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

讚主曲對經：

上主！求祢拯救我們，脫離仇人的毒手。

禱詞

請大家讚揚我們的救主，祂以自己的復活照亮了世界。我們謙恭地呼求祂：

主，求祢保祐我們常忠實的追隨祢。

主耶穌，我們清晨祈禱，紀念祢的復活，
— 使我們期待著分享祢的光榮，整天快樂。
主，求祢接納我們的心願和善志，
— 作爲我們今天奉獻的初果。
求祢使我們對祢的敬愛與日俱增，
— 使一切事物幫助我們和眾人獲得益處。
主，求祢使我們信仰的光照耀他人，
— 讓他們看見我們的善行而光榮天父。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

主，耶穌基督，祢是引領人類得救的眞光；求祢賞賜我們力量，爲祢準備正義與和平的道路，期待著祢的來臨。祢與天主父，和聖神是唯一天主，永生永王。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 創造時間的上主，劃分白晝與黑夜，
使人日出而作，日入而安眠。
2. 求祢指引我們向善，不受邪魔的陷害，
罪惡的玷染，身心確保安全；
3. 護佑我心靈，擺脫私慾的紛擾，
莫讓人間虛榮，破壞眞平安。
4. 大慈大悲的天父，俯聽我們的呼求，
偕聖子及聖神，萬世爲王，光耀無邊。
阿們。

聖詠吟唱

聖詠 *四八：財富的虛幻*

「富人難進天國」（瑪一九，23）

壹

對經一

復活期外：

你們不能侍奉天主，而又侍奉金錢。

聖週：

我忍受了他們的侮辱、恐嚇；但是天主卻好像一位孔武有力的戰士與我同在。

復活期：

你們要追求天上的事，而不要醉心於世俗的事，阿肋路亞。

天下萬邦，請你們靜聽，※
普世居民，請側耳細聽。
　無論貧富貴賤，※
　你們都要聆聽。
我的口要宣講智慧的言語，※
我的心要思念明達的事理。

　　　　我要洗耳恭聽比喻，　※
　　　　彈著弦琴揭開謎底。
當陷害我的仇敵圍攻我時，　※
雖然危在旦夕，　我又何必恐懼？
　　　　他們只知依仗自己的財富，　※
　　　　誇耀花不完的金錢；
沒有人能贖回自己，　※
也不能向天主付出生命的贖價。
　　　　因為生命非常昂貴，　※
　　　　任何代價都不足以贖回。
人不能長生不老，　※
不能不見死亡。
　　　　眼見智者凋萎，　愚者消逝，　※
　　　　他們的財產留給他人。
雖然他們曾擁有自己名下的土地，　※
墳墓卻是他們永久的住宅，　長期的居室。
　　　　榮華富貴不能久享，　※
　　　　一如禽獸，　終必死亡。

貳

對經二

復活期外：

主說：　你們應把財寶儲蓄在天上。

聖週：

上主，　求祢拯救我，　將我置於祢的身邊，　願祢的手保我安全。

復活期：

上主從死亡的手中，　贖回了我的生命，　阿肋路亞。

這就是自負者的窮途，　※
這就是自誇者的末路。
　　　　他們好像被人趕入深坑的羊群，　※
　　　　死亡要牧放他們；
他們跌入墳墓，　音容就此腐蝕，　※
陰間成為他們的居室。
　　　　但是天主必要拯救我，　※
　　　　使我脫離死亡的掌握。
人發財成了富翁，　※
你也不用驚恐；

因為在他死時，絲毫不能帶走，※
他的財寶，也不能跟他同去。
他縱然生前自我陶醉：※
「只要你享福，人必誇讚你！」
但他終要歸到先祖的行列，※
永遠不能再見光明。
人在榮華中如不思量，※
一如禽獸，終必死亡。

聖詠禱詞

主耶穌基督，請以祢的智慧充滿我們的心靈，恩賜我們懷著感恩的心，追念祢的降生和聖死，並在眾人面前為祢光榮的復活而作證。阿們。

聖歌 *默四, 11; 五, 9, 10, 12:*

得救者的讚詞

對經三

復活期外：
被宰殺的羔羊理當接受榮耀和尊威。

聖週：
主，祢曾被宰殺，用祢的血把我們贖回，歸於天主。

復活期：
上主，偉大與權能，光榮與勝利，都屬於祢，阿肋路亞。

上主，我們的天主，※
祢理當接受榮耀，尊威和權能；
因為祢創造了萬物，※
萬物全憑祢的旨意而存在，而造成。
上主，只有祢堪當接受那書卷，※
並開啟書卷上的封印。
因為祢曾被宰殺，+
從各支派，各語言，
各民族，各國家中，※
用祢的血，把我們贖回，歸於天主。
使我們成為天國的子民和祭司，
事奉我們的天主，※
我們必要為王，統治世界。

被宰殺的羔羊理當接受權能， ※
富裕、智慧、英勇、尊威，
光榮和讚頌！

短讀經 *羅三，23-25a*

眾人都犯了罪，失去天主的光榮：眾人都因天主白白賞的恩寵，靠耶穌基督蒙受救贖而成了義人。天主立意，使基督以自己的血，爲信仰祂的人作贖罪祭。天主就這樣顯示了自己的正義。

對答詠

領：上主，在祢面前，才有圓滿的喜悅。
答：上主…
領：在祢身邊才有永遠的福樂。
答：才有圓滿的喜悅。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經：

上主，祢是全能的，祢的名字是聖的，求祢對我們施行奇事。

禱詞

基督是我們靈魂的牧者和監牧，祂愛護自己的子民，我們讚美祂，把希望寄托在祂身上，向祂祈求：

主，求祢保護祢的子民。

永恒的善牧，求祢保護我們的主教，
— 和祢教會中所有的牧者。
求祢眷顧遭受迫害的人們，
— 拯救他們脫離一切痛苦。
上主，求祢憐憫貧困的人，
— 使饑餓的人飽享美物。
求祢光照制定法律的代表團，
— 使他們在一切事上，
作公平而明智的決定。
求祢援助去世的人，
因爲他們是祢用寶血所救贖，
— 使他們同祢一起共赴天國的婚筵。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

主天主，白晝屬於祢，黑夜也屬於祢；求祢使正義的太陽，常照耀我們的心靈，引領我們到達祢所臨在的光明之鄉。

結束詞 *見常用經文*

第二週：星期三

序經

領：上主，求祢開啓我的口。

答：我的口要讚美祢。

對經：

普世大地，請向天主歡呼，興高彩烈地事奉上主。

聖詠 *第九四首*，*見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 上主，祢創造壯麗的穹蒼，
   制定了宇宙的秩序，
   月亮在夜間照射，
   太陽在白天大放光明。
2. 黑夜消逝，萬物重見光明，
   人類又充滿活力，開始一天的勞動。
3. 白晝的來臨，邀請我們向上主讚頌，
   明朗的天空，舒暢我們的心胸；
4. 使我們遠離誘惑，戒除罪過，
   生活要聖潔，口舌要純淨。
5. 時序川流不息，信德日益精深，
   使我望德活潑，愛火炎炎，
   不怕為基督犧牲。

6. 仁慈的天父，偕聖子及聖神，
享受光榮，世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠七六：追念上主的化工

「我們在各方面受了折磨，卻沒有被困住」

（格後四，8）

對經一

復活期外：
天主，祢的作為聖潔無瑕，那裏有神比我們的天主偉大？

聖週：
在患難之日，我舉起雙手祈求了天主。

復活期：
天主，洪流看見了祢，領導民眾經過大海，阿肋路亞。

我向天主哀呼，※
呼求天主，祂就俯允。
　　我在患難之日，尋求天主，+
　　整夜不懈地合手祈禱，※
　　我的心仍得不到安慰。
我一想起天主，不禁咳聲嘆氣，※
我一沉思默想，總覺得沮喪。
　　祢使我徹夜不得安眠，※
　　我實在煩躁不安，苦不堪言。
我回憶往昔的時日，※
我懷念悠久的歲月。
　　我的心靈夜間默默自問，※
　　我的神魂不斷反覆質詢：
難道天主要永遠拋棄？※
難道祂不再回顧垂視？
　　難道祂的慈愛將永遠停止，※
　　祂的諾言也將永世廢棄？
難道天主忘記了慈悲？※
或因憤怒而將愛心關閉？
　　我說：「我所擔憂的，※
　　是至高者也許已經改變。」
我要追述上主的作為，※
懷念祢往日的奇蹟；

我要沉思祢的豐功， ※
細想祢的偉業。
天主，祢的作爲聖潔無瑕， ※
那裏有神比我們的天主偉大？
只有祢是施行奇蹟的天主， ※
在萬民中彰顯了祢的威武。
祢以大能拯救了祢的子民， ※
就是雅格和若瑟的子孫。
天主，洪流一看見祢，+
洪流一見祢，就恐慌畏懼， ※
連海洋也不寒而慄。
烏雲傾降大雨，+
雲霄發出雷聲， ※
閃電漫天奔馳。
雷霆隆隆作響，+
閃光將全球照亮， ※
大地驚惶震盪。
大海爲祢開道，+
深水給祢讓路， ※
祢的足跡並未顯露。
祢藉梅瑟和亞郎的手， ※
領導祢的子民有如群羊。

聖詠禱詞

上主，祢與祢的子民以色列訂立了奇妙的盟約；又藉著祢聖子苦架的祭獻，與祢的教會訂立了更奇妙的盟約。請引導祢忠信的子民進入祢的王國。阿們。

聖歌 *撒上二, 1-10:*

窮苦人因上主而歡欣踴躍

「祂把權貴推下高位，卻提拔了弱小卑微，使饑餓的人飽享美味。」（路一，52-53）

對經二

復活期外：
我的心因上主而歡喜，祂貶抑人，也抬舉人。

聖週：
如果我們與基督同死，我們相信，也要與基督同生。

復活期：

上主使人死，也使人生，阿肋路亞。

我的心因上主而歡喜，※
我的頭因天主而仰起。
　　我開口嘲笑我的敵人，※
　　我因祢的救助而歡欣。
沒有聖者相似上主，+
除祢以外，也沒有眞神，※
天主是我們唯一的靠山。
　　你們不要再三誇口，※
　　不要口出狂言；
因爲上主是全知的天主，※
人的行爲也都由祂審斷。
　　壯士的弓已被折斷，※
　　弱者反而力量倍增。
豐衣足食的，現在要傭工餬口，※
忍饑受餓的，如今卻無須勞苦；
　　不妊的婦女，子女繞膝，※
　　多產的母親，反而中止生育。
上主使人死，也使人活，※
使人進入黃泉，也使人復出；
　　上主使人貧困，也使人富有，※
　　貶抑人，也抬舉人。
上主由塵埃中提拔了弱小，※
從糞土中高舉了貧困。
　　使他與貴人同席，※
　　繼承光榮的寶座。
大地的支柱原屬於上主，※
祂在支柱上奠定了世界。
　　祂必保護聖徒的前程，※
　　使惡人在黑暗中喪生；
因爲人不能憑己力獲勝，※
誰與上主作對，必被粉碎。
　　至高者必在天上大發雷霆，※
　　上主的裁判遠達地極；
將權力賜予祂的君王，※
使受傅者嶄露頭角。

聖詠 九六：上主在審判時的榮耀
「這篇聖詠預示世界的得救和萬民的信仰」

（聖達修）

對經三

復活期外：

上主為王，願大地踴躍+

聖週：

天主使耶穌基督成了我們的智慧、正義，
聖化者和救贖者。

復活期：

光明已為義人升起，心地正直的人必將歡喜，阿肋路亞。

上主爲王，願大地踴躍，※
+所有島嶼都要一齊歡樂！
　　雲彩和幽暗圍繞在祂的四週，※
　　正義與公道是祂王國的基礎。
烈火在祂前面前進，※
焚燒祂周圍的敵人。
　　祂的閃電照亮了塵寰，※
　　大地一見就戰慄搖撼。
面對上主，普世的大主，※
群山都要溶化，像蠟燭一般。
　　蒼天傳報祂的公道，※
　　萬民看見祂的榮耀。
願所有崇拜偶像，誇讚邪神的人蒙羞，※
願所有神明都在祂面前伏地叩首。
　　上主，熙雍聽了祢的審判，
　　滿心喜悅，※
　　猶大各城也都歡欣踴躍。
因爲祢是至高的上主，+
超越普世大地，※
遠超所有神祇。
　　上主喜愛那痛恨罪惡的人，※
　　保護祂聖民的性命，
　　救他們從惡人手中脫身。
光明已爲義人升起，※
心地正直的人必將歡喜。

義人，你們要因上主而歡慶，※
讚頌稱揚祂的聖名。

聖詠禱詞

上主，祢創造了高天和大地，光明和黑暗，以及宇宙間的萬物。我們讚美祢、光榮祢。在我們的各種考驗中，求祢保護我們，引導我們穩妥地到達天鄉。阿們。

短讀經　*羅八，35-37*

誰能迫使我們與基督的愛隔絕呢？是困苦、是艱難嗎？是迫害、是饑餓、是赤貧嗎？是危險、是刀劍嗎？但靠著那愛我們的主，我們在這一切事上都已獲得全勝。

對答詠

領：我要時時讚美上主。
答：我要…
領：使祂的讚頌常在我口。
答：讚美上主。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：我要…

讚主曲對經：
我們要一生一世，以聖善和正義侍奉上主。

禱詞

我們的救主、天主曾許諾，將與祂的教會天天在一起，直到今世的終結；我們讚美祂，向祂致謝，並虔誠呼求：

主，求祢常同我們在一起。

主，求祢整天與我們在一起。
— 不要讓祢正義的太陽離開我們。
我們把這一天的工作奉獻給祢，
作為祭品，
— 願我們所言所行，都能使祢歡心。
主，求祢使我們一言一行
都能符合祢福音的精神，
— 使我們成為地上的鹽和世界的光。
願祢聖神的愛，常留在我們心內，
表現在我們的言語上，
— 使我們善度愛德的生活，不停地讚美祢。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，求祢光照我們心靈，使我們常遵守祢的誡命，不致誤入歧途。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 夕陽西沉，夜幕低垂，黑暗籠罩了大地，
旭日再度升起，仍會大放光明。
2. 創造萬物的天主，祢使時光川流不息，
日夜交替，令人讚嘆稱頌。
3. 黑夜籠罩大地，到處一片沉寂，
辛勤勞作的工人，尋求一時的寧靜。
4. 只有在信德與望德中，
才能享受聖言的光輝，
聖言起初就有，是天父永恒的光明。
5. 祂是永遠照射的太陽，無始也無終，
上天下地，莫不因祂而歡騰。
6. 至聖聖父，賜我們永享光明，
我們向祢及子及聖神，永遠謳歌讚頌。
阿們。

聖詠吟唱

聖詠 六一：*在天主內才有平安*

「願給予希望的天主，因著你們的信心，使你們滿享平安。」（羅一五，13）

對經一

復活期外：

我們期待所渴望的幸福，就是我們救主光榮的來臨。

聖週：

惡人說：讓我們來欺壓這個義人：因為他反對我們的行為。

復活期：
你們不要心慌意亂，只要信賴我，阿肋路亞。

我的靈魂只有在天主內獲得安寧，※
我的救援來自天主。
　　唯獨祂是我的磐石，我的救星，※
　　祂是我的堡壘，我決不會動搖。
你們共同欺凌一個人，向他衝擊，※
如同衝擊將倒坍的牆壁，要到何時？
　　你們企圖把他從高位上推下，※
　　你們愛說謊話：
　　口中祝福，心裏咒罵。
我的靈魂，只有在天主內獲得安寧，※
我的期望全在上主。
　　唯獨祂是我的磐石，我的救星，※
　　祂是我的堡壘，我決不會動搖。
我的救恩，我的光榮全在於天主，※
我的堡壘，我的保障全基於天主。
　　全體百姓，你們要常信賴上主，+
　　在祂面前傾訴你們的心曲，※
　　因為天主是我們的避難所。
世人不論貴賤，莫非泡影，※
放在天秤上毫無重量，比空氣還輕。
　　不要仗勢欺人，+
　　也不要以劫掠為榮；※
　　縱然財富日增，也不要沉溺其中。
天主說了一次，我懂得了兩件事：+
威能屬於天主，慈愛也非祂莫屬；※
上主，祢按照每人的行為予以報應。

聖詠禱詞

上主，祢報答每人所忍受的痛苦，我們生活在這多災多難的世界上，求祢俯聽我們的禱聲，使我們時時信賴祢。阿們。

（下列聖詠如用作序經，此處則改念第九十四篇聖詠）

聖詠 六六：萬民應稱頌上主

「你們要知道：天主已將這救恩，賜給了外邦人。」（宗二八，28）

對經二

復活期外：

天主，願祢的容光照耀我們，降福我們。

聖週：

祂親身承擔了大眾的罪過，並為罪犯祈禱。

復活期：

天主，願萬民都稱謝祢，因祢的救援，而踴躍歡欣，阿肋路亞。

願天主憐憫我們，降福我們；※
願祂的容光照耀我們！
讓世人認識祂的道路，※
使萬民得知祂的救贖。
天主，願萬民都稱頌祢，※
願列邦都讚美祢！
願萬民都踴躍歡欣，+
因為祢按正義統治世人，※
在地上以公正領導萬民。
天主，願萬民都稱頌祢，※
願列邦都讚美祢！
大地產生五穀，※
願天主，我們的天主賜福！
願天主給我們賜福！※
願四極八方敬畏天主！

聖詠禱詞

上主，願所有的人都讚美祢，因為大地結出了豐碩的果實；祢藉著十字聖木，向我們廣施慈恩：基督伸開的手臂擁抱著全人類，願眾人永遠享受十字聖樹所結的救恩果實。阿們。

聖歌 哥一，12-20:

基督是超越萬物的長子，
是首先從死者中復活的

對經三

復活期外：

一切都藉著祂而受造，萬有都賴祂而存在。

聖週：
我們在基督內並藉著祂的血得到了救贖，
獲得了罪赦。

復活期：
祂的威嚴遮蓋諸天，祂的榮耀充滿大地，
阿肋路亞。

感謝天父使我們在光明中，※
堪享聖徒的福分。
　　祂救我們脫離了黑暗的權勢，※
　　把我們徙置到祂愛子的國土。
在祂愛子內，我們得到了救贖，※
獲得了罪赦。
　　祂是看不見的天主的肖像，※
　　是超越萬物的長子。
因爲上天下地的一切，無論有形無形，＋
上座者或宰制者，率領者，或掌權者，※
都是藉祂而創造的。
　　一切都藉著祂，並爲了祂而造，＋
　　祂在萬有之前就已存在，※
　　萬有都賴祂而各得其所。
祂是教會的頭，也就是祂身體的頭，＋
祂是原始，是首先從死者中復活的，※
使祂在萬有之中高居首位；
　　因爲天主樂意，
　　使整個圓滿住在祂內，※
　　並藉著祂在十字架傾流的血，
　　建立了和平，
使人間和天上的一切，※
都與天主重歸於好。

短讀經　　*伯前五，5b-7*
你們都該以謙卑爲服裝，因爲天主拒絕驕傲人，却賜恩寵於謙遜人。因此，你們該屈服在天主大能的手下，這樣，時機一到，祂必提拔你們；將你們的一切掛慮都託給祂，因爲祂必照顧你們。

對答詠
領：上主，求祢保護我們，
　　有如眼中的瞳人。

答：　上主…
領：　讓我們在祢的翼蔭下藏身。
答：　有如眼中的瞳人。
領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
　　　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
答：　上主…

讚主曲對經：

上主，　求祢運用手臂，　大施神威，　擊潰高傲的人，　提拔弱小卑微。

禱詞

親愛的弟兄們，　讓我們一起頌謝我們的天主，　因為祂對自己的子民廣施慈恩，　現在我們熱誠地祈求祂：

　　上主，　求祢廣施恩寵，　賜給我們平安。

永恒的天主，
千年的寒暑對祢有如溜過的昨天，
—　求祢使我們牢記：
　　人生有如朝生暮死的花草。
求祢把神糧賞給祢的子民，　免於饑餓，
—　把活水賞給我們，　解除永渴。
求祢使祢的信眾常追求和思念天上的事，
—　把工作和休閒的時間也用來光榮祢。
上主，　求祢賞賜我們風調雨順，
—　使我們的大地豐收。
(或：　上主，　求祢救我們免遭一切災禍，
*　　　—　求祢多多賜福於我們的家庭)*
求祢賞賜去世的人，　享見祢的聖容，
—　也使我們日後能與他們共享永福。

我們的天父，　願祢的名受顯揚；　願祢的國來臨；　願祢的旨意奉行在人間，　如同在天上；　求祢今天賞給我們日用的食糧；　求祢寬恕我們的罪過，　如同我們寬恕別人一樣；　不要讓我們陷於誘惑，　但救我們免於凶惡。

結束禱詞

　　天主，　祢的名號何其聖善；　對祢的仁慈，　世世代代稱揚不盡。　求祢俯聽我們的祈禱，　使能聯合天上神聖永遠讚美祢。

結束詞　*見常用經文*

第二週：星期四

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：

請到上主面前謳歌歡呼。

聖詠第九四首，見 4 頁

晨禱

讚美詩

1. 旭日初升，我們懇切求主，
恩賜今天的生活，不受罪惡染污。
2. 謹口愼言，不與人爭吵，
護守眼目，虛榮不貪圖。
3. 心地純潔向善，排除惡念，
飲食有節制，驕傲最可惡。
4. 當白晝消逝，黑夜再來時，
我們能以聖潔的心，讚美上主。
5. 光榮歸於父，及子及聖神，
同聲頌揚，時時處處。阿們。

聖詠吟唱

聖詠七九：上主！請眷顧祢的葡萄樹

「主耶穌，請祢快來！」（默二二，20）

對經一

復活期外：

上主，請彰顯祢的威能，來拯救我們。

聖週：

上主，請看，我正處於困境，求祢快來憐憫我。

復活期：

我是葡萄樹，你們是葡萄枝，阿肋路亞。

以色列的牧者，請留心細聽，※
祢率領若瑟有如率領羊群。
坐在革魯賓之上者，※
請在厄弗辣因、本雅明和默納協面前，大顯光榮。

請彰顯祢的威能，　※
來拯救我們！
　　天主，　求祢扭轉我們的命運，　※
　　顯露祢的聖容，　使我們獲得救恩。
上主，　萬有的天主，　※
惱怒祢子民的祈禱，　要到何時？
　　祢使他們吃淚水浸透的食物，　※
　　以大量眼淚作他們的飲料。
祢使我們成爲鄰國反對的對象，　※
使敵人對我們冷嘲熱諷。
　　萬有的天主，＋
　　求祢扭轉我們的命運，　※
　　顯露祢的聖容，　使我們獲得救恩。
祢從埃及移來一棵葡萄樹，　※
爲種植這樹，　曾把異民驅除。
　　祢爲這樹開墾了田畦，　※
　　使它深深扎根，　蔓延大地。
它的陰影遮蔽了群山峻嶺，　※
它的枝條有如高聳的蒼松；
　　椏枝伸展到海岸，　※
　　嫩芽綿延到河畔。
祢爲何拆毀籬笆，　※
任憑路人來砍伐？
　　森林的野豬把它踐踏，　※
　　田間的走獸將它吞下？
萬有的天主，　求祢回頭，　※
從高天垂顧這葡萄樹。
　　求祢保護祢親手種植的園圃，　※
　　照顧祢親自培育長大的小樹。
對那些焚燒，　砍伐它的人，　※
求祢顯出怒容，　消滅他們。
　　願祢的手扶持祢特選的人，　※
　　祢親自撫養的子民。
從此，　我們不再背離祢，　※
讓我們生存，　呼求祢的聖名。
　　上主，　萬有的天主，＋
　　求祢扭轉我們的命運，　※
　　顯露祢的聖容，　使我們獲得救恩。

聖詠禱詞

天主，祢培育了祢的子民，猶如一棵葡萄樹，是要它枝葉茂密、結實纍纍。請垂顧祢的教會，使它與祢的聖子常聯結在一起，就像葡萄樹的枝子連結在樹幹上；使它在祢的愛內深深扎根，並為祢的恩寵向普世作證。阿們。

聖歌 *依一一二，1-6：得救子民的歡樂*

「誰渴了，就到我這裏來喝！」（若七，37）

對經二

復活期外：

上主作了顯赫的事，請遍傳天下。

聖週：

請看，天主是我們的救援；我依靠祂，便一無所懼。

復活期：

你們將從救主的泉源中愉快地汲水，阿肋路亞。

上主，祢曾向我發怒，
我仍舊稱頌祢，※
祢的怒氣已經平息，且安慰了我。
　　的確，上主是我的救援，※
　　我依靠祂，決不恐懼不安。
因為上主是我的力量，我的救主，※
我要歌頌祂。
　　你們要從救恩的泉源中，※
　　興高彩烈的汲水。
你們在那一天要說：※
請你們稱頌上主，呼求祂的聖名！
　　將祂的作為傳報給萬民，※
　　稱述祂崇高的名號。
請你們歌頌上主，+
因為祂作了顯赫的事，※
請把這事遍傳天下。
　　以色列的聖者、
　　在你們中間何其偉大，※
　　熙雍的居民，你們要高聲歡唱。

聖詠八十一：重訂盟約

「你們要謹慎，不要心存惡意，背棄信仰。」

（希三，12）

對經三

復活期外：

你們要向救助我們的天主歌舞。+

聖週：

上主以上等的麥麵養育了我們，用石縫中的野蜜飽飫了我們。

復活期：

上主以上等的麥麵養育了我們，阿肋路亞。

你們要向救助我們的天主歌舞，※
+向雅格的天主歡呼。
　　你們要擊鐃鳴鼓，引吭高歌，※
　　彈琴奏出悅耳的音樂。
朔望之夜吹號角，※
歡度我們的佳節。
　　這是頒給以色列的誡命，※
　　是雅格天主的法令。
當祂出征埃及的時候，※
給若瑟立了這個法度。
　　我聽到從未聽過的諾言：+
　　「我使你們的肩膀擺脫重擔，※
　　使你們的雙手放下筐籃。
你們在患難中呼號，我解救了你們，+
從雷鳴的雲彩中，我回答了你們，※
在默黎巴的水旁，我試探了你們。
　　我的子民，請聽我的忠告，※
　　以色列，但願你聽從我。
在你們中間，不可有別的神，※
也不可崇拜外邦的神。
　　我是上主，你們的天主，+
　　是我從埃及將你們領出，※
　　張開你們的口，我必使你們滿足。」
我的百姓卻沒有聽從我的呼聲，※
以色列沒有理睬我的命令；

我只好任憑他們的心靈頑梗， ※
讓他們照自己的私意而行。
但願我的百姓肯聽從我的命令， ※
以色列遵循我的途徑！
我必立刻制伏他們的敵人， ※
轉身打擊迫害他們的仇人；
憎恨上主的人，雖然俯首稱臣， ※
他們的命運卻將永遠注定。
但我要以上等的麥麵，養育選民， ※
用石縫中的野蜜飽飫他們。

聖詠禱詞

上主，祢藉祢聖子的苦難，從奴役中解救了祢的子民，並與他們訂立了新盟約。請教導我們遵守祢的誡命，履行祢的道路；求祢以生命之糧增強我們的力量，領導我們同歸天鄉，與祢團聚。阿們。

短讀經 *羅一四，17-19*

天主的國不在於吃喝，而在於正義、平安，以及聖神內的喜樂。凡是按這原則事奉基督的，才是天主所喜悅，眾人所稱許的。所以我們該追求平安，並彼此鼓勵。

對答詠

領：上主，我徹夜不眠，思念著祢。
答：上主…
領：因為祢曾助祐了我。
答：思念著祢。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

讚主曲對經：

上主，求使祢的百姓認識救恩，並寬恕我們的罪過。

禱詞

天主、我們的天父，常保護祂的子女，從不輕視他們的祈禱。我們要讚頌祂，謙恭地一起向祂呼求：

上主，求祢照亮我們的眼睛！

上主，我們感謝，
因為祢藉著祢的聖子光照了我們，

— 求祢使我們整日在祢的照耀下生活。
上主，求祢今天以智慧引導我們，
— 使我們今天度一個新生活。
求祢使我們堅強地爲祢忍受一切逆境，
— 使我們永久慷慨地侍奉祢。
求祢今天指導我們的思想，言語和行爲，
— 使我們常服從祢的旨意，
　爲光榮祢而工作。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，祢是眞光，是光明之源，求祢使我們常在祢的光照下生活，對祢的訓誨，常能深思默念，努力實踐。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 全能的天主，祢的光明照耀大地，
   白晝將盡時，我們以禱聲讚美祢。
2. 太陽西斜，黃昏已近，夜幕又將低垂，
   萬物依時序變化，生息不已。
3. 至高的上主，護祐祢疲倦的僕人，
   遠離罪惡的污染，不受黑暗的侵襲；
4. 求祢照顧我們，得到適當的休息，
   在祢慈恩的照耀下，永保純潔的心地。
5. 大慈大悲的天父，願祢偕聖子及聖神，
   萬世爲王，統治山河大地。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 七一：默西亞的王權

「賢士們打開寶匣，拿出黃金、乳香、沒藥等禮物獻給耶穌。」（瑪二，11）

壹

對經一

復活期外：
我要祢作萬民的光，使我的救恩達於地極。

聖週：
那從死者中首先復生的，地上眾王的元首，使我們成為天國的子民，侍奉祂的父、天主。

復活期：
天主已立祂為生者、亡者的審判者，阿肋路亞。

天主，請將審判權授與君王，※
將祢的正義交給王子；
　　使祂公正地統治祢的百姓，※
　　公道地管理祢貧苦的民眾。
願高山給人民帶來和平，※
願丘陵為百姓帶來公正！
　　願祂保護百姓中的窮人，+
　　救助貧苦人的子孫，※
　　打倒那欺壓人的莠民。
祂將與日月同光，※
世世代代，萬壽無疆。
　　祂有如喜雨落在草原，※
　　又像甘霖滋潤農田。
祂為王時，正義必要伸張，※
如月之恒，永享安康。
　　祂的領域廣及四海，※
　　祂的王權遠達地極。
祂的仇人要向祂屈膝叩拜，※
祂的頑敵要舌舔塵埃。
　　塔西和群島的眾王都前來進貢，※
　　舍巴和色巴的君王都來給祂獻禮。
眾王都要朝拜祂，※
萬民都要事奉祂。

貳

對經二

復活期外：
上主要救護貧困，拯救他們脫離暴政。

聖週：
上主必拯救哀號的貧民，扶持無依無靠的窮人。

復活期：
願列邦都因祂而得福，阿肋路亞。

祂必拯救哀號的貧民，※
扶持無依無靠的窮人。
　　祂將憐恤弱小的群衆，※
　　救護窮苦百姓的生命。
祂要拯救他們脫離暴政，※
他們的血在祂眼中十分貴重。
　　吾主萬歲！
　　願把舍巴的黃金獻給祂，※
　　願人們不斷爲祂祈禱，
　　終日爲祂祝福！
願大地五穀豐登，+
遍山果實搖曳，有如黎巴嫩的茂林，※
城市人煙稠密，好像原野上的青草。
　　願祂的名永受讚揚，※
　　願祂的名與日爭光。
願列邦都因祂而得福，※
願萬民也都要稱頌祂。
　　上主天主、
　　以色列的上主應受讚頌，※
　　因爲只有祂能作奇妙化工。
願祂的威名永受讚美，※
願祂的榮耀充滿大地。阿們！阿們！

聖詠禱詞

天主，祢將祢的王國交付給祢的聖子，以公義與和平做它的基礎。願它在萬民中日益擴展。求祢賜給我們祢的平安；爲窮人伸張正義，安慰並鼓勵被遺棄的人，降福全人類。阿們。

聖歌 *默一一，17-18；一二，10b-12a:*

論天主的審判

對經三

復活期外：
如今我們天主的救恩和國度都已建立。

聖週：
聖者賴羔羊的血和他們的證言獲得了勝利。

復活期：
耶穌基督昨天，今天，直到永遠，常是一樣，阿肋路亞。

今、昔永存的上主，全能的天主！＋
我們感謝祢！ ※
因爲祢掌握大權，統治乾坤。
　　異民憤憤不平， ※
　　祢的震怒隨即來到。
那時祢也審判死者，＋
對祢的僕人、先知、聖徒， ※
以及敬畏祢名的無論尊卑，一律酬庸。
　　現在我們的天主已完成救恩，
　　彰顯威能，建立神國， ※
　　祂的受傅者基督已擁有權威；
日夜在天主面前的控訴者， ※
那誣告我們的弟兄的，已從天上被摔下。
　　他們靠自己的證言，
　　和羔羊的血戰勝了惡魔， ※
　　他們寧願殺身成仁，捨生取義。
爲此，高天和天上的聖民， ※
請你們鼓舞歡欣。

短讀經　*伯前一，22-23*

你們既因服從眞理而淨化了你們的心，獲得了眞實的手足之情，就該以赤誠的心，相親相愛。因爲你們是賴天主生活而永存的聖言重生的，不是由於可朽的，而是由於不朽的種子重生的。

對答詠

領：上主是我的牧者，我一無所缺。
答：上主…

領：　祂使我憩息在翠綠的草地上。
答：　我一無所缺。
領：　願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：　上主…

謝主曲對經：

上主使慕義如飢似渴的人飽饗美味。

禱詞

上主，我們的救主降福祂的子民，賜以各種神恩。我們衷心感謝祂，熱誠的祈求祂：

　　上主，求祢降福祢的子民。

仁慈的天主，
求祢保護我們的教宗，和我們的主教，
— 賜給他們堅強的信德和超人的智慧，
　　以治理祢的教會。
上主，求祢慈祥地保護我們的地區，
— 使我們免受一切災禍。
求祢召叫青年男女能慷慨爲祢獻身服務，
— 使他們師法祢聖子貞潔，
　　貧窮和聽命的榜樣。
求祢保護那些宣誓守貞的修女們，
— 使她們到處追隨祢的聖子— 除罪的羔羊。
求祢使去世的人獲享永恆的安息，
— 使他們與我們之間的聯繫，
　　因著神恩的共享，而日益堅強。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

　　仁慈的天主，求祢俯聽我們的晚禱，使我們時時默念祢的誡律，恪守不渝，也使我們日後能進入永恆的光明，得到永福的賞報。

結束詞　*見常用經文*

第二週：星期五

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
上主良善寬仁，請讚美祂的聖名。

聖詠　*第九四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 天主，光明的創造者，祢是上天的光明；
祢以慈父的手臂，
創造萬物，照顧人類。

2. 黎明使星光隱退，
海洋披上一層淡紅的外衣，
濕潤的微風吹起，
給大地灑上滴滴露水。

3. 朝日東昇，夜影逐漸消失，
象徵基督的曉星，
喚醒大地，不再沉睡。

4. 上主，永不沒落的太陽，
祢是光明的光明，
祢是大能的至一，至一又有三位。

5. 救主，我們歌頌祢，向祢俯伏敬拜；
願祢偕聖父及聖神，同受讚美。阿們。

聖詠吟唱

聖詠　*五十：天主，求祢憐憫我*

「你們應在心思念慮上煥然一新，穿上新人。」

（弗四，23-24）

對經一

復活期外：
天主，祢不輕視痛悔和謙卑的赤心。

復活期：
孩子，放心！你的罪赦了，阿肋路亞。

天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我，※
祢有豐厚的慈愛，求祢消滅我的罪惡。

求祢洗淨我的過犯， ※
消除我的罪愆。
因為我認清了我的罪過， ※
我的罪惡常在我的眼前。
我得罪了祢，唯獨得罪了祢， ※
我作了祢視為邪惡的事；
因此，祢在判決時，顯示了祢的正義， ※
祢在斷案時，表現了祢的公正，
的確！我在罪惡中出生， ※
我的母親在罪惡中懷孕了我。
是的，祢喜愛內心的眞誠， ※
求祢使我的心靈充滿智慧。
求祢洗滌我，使我潔淨， ※
洗滌我，使我潔白，白於雪。
求祢使我聽到愉快的歌聲而喜樂， ※
使祢所折斷的骨骼再度雀躍。
求祢轉面不要看我的罪過， ※
消除我的一切邪惡。
天主！求祢給我再造一顆純潔的心， ※
在我身內注入堅強的精神。
求祢不要驅逐我，疏遠我， ※
不要從我身上剝奪祢的聖神。
求祢再賜我得救的喜樂， ※
以慷慨的精神扶持我。
我要引導惡人走上祢的道路， ※
罪人也要歸依祢。
天主，我的救主，求祢豁免我的血債， ※
我的口舌必要宣揚祢的公義。
上主，求祢開啓我的唇舌， ※
我要親口讚頌祢。
因為祢並不喜歡祭獻， ※
我獻全燔祭，祢也不會悅納。
天主，我的祭獻，
就是痛悔的精神， ※
祢不輕視痛悔和謙卑的赤心。
上主，求祢對熙雍廣施慈愛， ※
為耶路撒冷重建城垣；
祢必悅納合宜的犧牲，
祭品和燔祭， ※

那時，人們將把牛犢，
呈獻在祢的祭壇上。

聖詠禱詞

仁慈的天主，祢為了使我們都像祢一樣的聖善，曾使不認識罪的聖子身負重罪。求祢看我們虔誠的懺悔，寬恕我們的罪過，使我們在聖神內，在萬民面前、讚美祢，歌頌祢的榮耀。阿們。

聖歌 *哈三，2-4, 13, 15-19:*

天主出現執行審判

「你們應當抬起頭來，因為你們的救援近了。」

（路二一，28）

對經二

復活期外：

上主，當祢發怒時，求祢念及祢的仁慈。

復活期：

上主，祢偕同基督出來，拯救祢的子民，阿肋路亞。

上主，我聽到了祢的信息，※
上主，我看到了祢的偉業。
求祢在我們這年代中再度實行，※
在我們這歲月裏，再次宣揚！
當祢發怒時，※
請念及祢的仁慈。
天主從特曼地方而來，※
聖者由帕蘭山區而至；
祂的光榮掩蓋了諸天，※
祂的榮耀充滿了大地。
祂的光輝燦爛如日，+
祂手中射出光芒，※
蘊藏著祂的威能。
祢出來拯救祢的百姓，※
救護祢的受傅者。
祢的戰馬穿過大海，※
馳過洶湧的汪洋。
我一聽就膽戰心驚，※
我一看就目瞪口呆。

我的雙腿幾乎癱瘓， ※
我的步伐蹣跚零亂。
我在靜待大難之日的來臨， ※
來懲罰那侵擾我們的異民。
縱使無花果樹不曾發芽， ※
葡萄樹也沒有結果；
橄欖樹一無生產， ※
麥田也毫無收穫；
羊棧裏沒有羊群， ※
牛欄中不見牲畜；
我仍然喜樂於上主， ※
歡欣於天主，我的救主。
上主、天主是我的力量，+
祂使我跳躍有如小鹿， ※
祂領導我走向高處。

聖詠一四七：重建耶路撒冷

「你來，我要把新娘——羔羊的淨配，指給你看。」（默二一，9）

對經三

復活期外：

耶路撒冷，你要讚頌上主。+

復活期：

熙雍，你要讚頌你的天主，因為祂使你的四境平安，阿肋路亞。

耶路撒冷，你要讚頌上主！ ※
+熙雍，你要讚頌祢的天主！
因爲祂鞏固了你的城門， ※
降福了在你中間的子女；
也使你的四境平安， ※
讓你飽享上好的麥麵。
祂向大地發出自己的諭旨， ※
祂的聖旨即刻迅速傳遞。
祂降雪有如羊毛， ※
祂撒霜好似飛絮。
祂拋下冰雹好似碎石， ※
祂發出寒氣，水便凝結；
祂一發言，冰塊即刻溶化， ※
祂一噓氣，靜水立即流動。

祂將自己的旨意曉諭了雅格，※
把自己的誡律啓示給以色列。
祂從沒有這樣恩待過任何國家，※
也從未向他們宣示過自己的律法。

短讀經 *弗二，13-16*

你們從前遠離天主的人，現今在耶穌基督內，靠著祂的血，已經可以親近天主了；因爲基督是我們的和平，祂使雙方合而爲一；祂以自己的身體，拆毀了中間阻隔的牆壁，就是雙方的仇恨；並廢除了律法的規條，使雙方在祂身上成爲一個新人，得以和平相處。基督以十字架消除了仇恨，也用十字架使雙方合成一體，與天主和好。

對答詠

領：我向至高者天主呼求，
祂曾向我施恩。
答：我向…
領：祂必從天上施恩來拯救我。
答：祂曾向我施恩。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：我向…

讚主曲對經：

天主對我們仁慈關懷，使旭日東昇照耀我們。

禱詞

基督藉著聖神把自己獻於聖父，用自己的血滌除我們的罪汚，使我們心靈純潔，常能在天父的愛中生活。現在我們一起朝拜祂，誠心地向祂表明信仰：

主，我們的平安在於服從祢的旨意。

仁慈的主，祢在清晨，
又賜給我們新的一天，
— 求祢也使我們再度革新我們的生活。
祢創造了一切，並予以照顧和保全，
— 求祢使我們在受造物中
看到祢的全能和慈善。

祢傾流了寶血，
為我們訂立了新而永久的盟約，
— 求祢使我們常奉行祢的命令，
信守祢的盟約。
祢身懸十字架上，
由祢肋旁湧出了血和水，
— 求祢用這救恩的泉水洗滌我們的罪過，
使教外人也分享救恩的快樂。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

全能的天主，現在我們向祢獻上讚美之祭；求祢使我們，將來在天上能永不停止地與諸聖歌頌祢。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 夕陽西下，日近黃昏，
讓我們虔誠祈禱，
向上主唱出心底的讚頌。
2. 基督，我們在祢的葡萄園裏，辛勤耕耘，
一天的勞苦已經結束，
求祢賞賜預許的光榮。
3. 是祢召喚了我們，爭取未來的賞報，
輔導我們的工作，
振作我們疲倦的心靈。
4. 基督，光榮歸於祢，
及父及聖神，世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一四：謝恩

「我們必須歷盡艱苦，才能進入天主的國。」

（宗一四，22）

對經一

復活期外：

上主，求祢救我脫離死亡，不要讓我跌倒。

復活期：

上主從死亡的權勢下拯救了我的生命，阿肋路亞。

我傾心愛慕上主，※
因為祂俯聽了我的哀訴。
祂傾耳垂聽了我，※
我要一生呼求祂。
死亡的繩索纏繞著我，+
陰府的恐懼籠罩著我，※
憂苦與煩惱困擾著我。
我呼求上主的聖名：※
「上主，求祢挽救我的生命。」
上主富於憐憫和正義，※
我們的天主慈愛無比；
上主愛護誠樸的人，※
我遭受迫害，祂救拔了我。
我的靈魂，你要恢復平靜，※
因為上主厚待了你。
因為祂曾救我脫離死亡，※
使我不再流淚，使我不致跌倒。
我要在天主面前，※
生活於人世間。

聖詠禱詞

全能仁慈的天主，祢的聖子拯救我們脫離死亡，使我們不再流淚、不再跌倒。但願祂伴同我們穩走人生的旅程，領導我們平安到祢台前。阿們。

聖詠一二零：*人民的護守者*

「他們將不再饑餓，也不再口渴，太陽和任何炎熱不再傷害他們。」（默七，14）

對經二

復活期外：

我的救助來自上主，祂創造了天地萬物。

復活期：

上主保護祂的子民，猶如保護眼中的瞳人，阿肋路亞。

我舉目向聖山仰望，※
我的救助來自何方？
　　我的救助來自上主，※
　　祂創造了天地萬物。
祂決不讓你的腳滑倒，※
你的護守者，不眠不休。
　　請看，以色列的護衛，※
　　不睡眠，也不瞌睡。
上主站在你的身邊，※
看守你，保護你。
　　白天，太陽不會傷你，※
　　黑夜，月亮不會害你。
上主庇祐你免遭禍患，※
祂必保護你身心安全。
　　上主保祐你出入平安，※
　　從現今直到永遠。

聖詠禱詞。

主耶穌基督，祢在天父家裏為我們準備了居所，在這動盪不安的時代，求祢照顧祢的教會，領導我們到達和平永恆的家鄉。阿們。

聖歌 *默一五，3-4：崇敬上主的讚美詩*

對經三

復活期外：

萬世的君王，祢的道路多麼公平真實。

復活期：

上主是我的力量、我的保障，祂作了我的救主，阿肋路亞。

上主，全能的天主，※
祢的作為何等偉大奇妙！
　　萬世的君王，※
　　祢的道路多麼公平眞實！
上主，誰敢不敬畏祢？※
誰敢不稱揚祢的名號？

因為只有祢是聖善的，+
萬民都要前來朝拜祢，※
因為祢彰顯了祢的正義。

短讀經　*格前二，7-10*

我們所講的，是天主奧秘的智慧，這智慧是隱而不彰，天主在萬世之前已經預定，使我們獲得光榮的智慧；今世有權勢的人，沒有一個人認識它；因為如果他們認識了，決不至於將光榮的主釘在十字架上。正如經上所載：「天主為愛祂的人所準備的，是眼所未見，耳所未聞，人心所未想到的。」但天主卻藉聖神將這一切啟示給我們了。

對答詠

領：基督為我們的罪死了，
為將我們領到天主面前。
答：基督…
領：論肉身，祂固然被處死了，
論神魂，祂仍然活著。
答：為將我們領到天主面前。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：基督…

謝主曲對經：

上主，求祢照祢對我們祖先所作的許諾，常念及祢的仁慈。

禱詞

主基督曾慈祥地拭去痛哭者的眼淚；我們要讚美祂，懇切地呼求祂：
主，求祢憐憫祢的子民。
主基督，祢安慰了謙卑的人，
— 求祢擦去窮苦人的眼淚。
仁慈的天父，求祢俯聽垂死者的哀禱，
— 願祢的天使安慰他們、鼓勵他們。
願所有流亡的人認識祢的照顧，
— 能回到自己的家園，日後能進入天鄉。
求祢使生活在罪惡中的人，
獲得祢的愛憐，

— 與祢和祢的教會和好如初。
求祢施恩拯救我們已亡的兄弟、姊妹，
— 使他們獲享祢圓滿的救恩。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，祢藉著人們視為愚蠢的十字架，奇妙地顯示出祢無上的智慧；求祢賞賜我們，因常仰瞻祢蒙難而受光榮的聖子，日益領悟十字架的真義，並引以為榮。

結束詞 *見常用經文*

第二週：星期六

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：

請大家聽從上主的聲音，進入祂安居之所。

聖詠 *第九十四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 旭日初升，萬象歡騰，
歌頌上主的榮耀，感念基督的恩寵。
2. 上主，祢藉基督創造萬有，
劃分了白晝和黑夜，
制定了永久的規律，使晝夜交替運行。
3. 祢是信衆的眞光，超越時光的川流，
黑暗聞風而逃，祢是永恒的明燈。
4. 無始無終的天父，求祢引導我們，
今天忠實地追隨基督，
充滿聖神的恩寵。阿們。

聖詠吟唱

聖詠九一：讚頌造物主

「歌頌唯一聖子的功勳。」（聖達修）

對經一

復活期外：

上主，我們清晨傳述祢的仁慈，夜間宣揚祢的真實。

復活期：

上主，祢的作為使我喜悅；祢的工程也使我歡樂。阿肋路亞。

至高者，稱謝祢的恩惠，※
歌頌祢的聖名，多麼美好；
　清晨，傳述祢的仁慈，※
　夜間，宣揚祢的眞實；
彈奏十弦琴和豎琴，※
彈出琵琶優美的旋律。
　上主，祢的作爲使我喜悅，※
　祢的工程也使我歡樂。
上主，祢的化工何其浩繁！※
祢的計劃多麼深遠！
　冥頑的人不會明瞭，※
　愚昧的人不能知曉。
惡人雖興盛有如野草，※
作孽的人會一時顯耀；
　然而他們終必永遠沉淪，※
　上主，千秋萬世，唯祢至尊。
上主，請看祢的仇人如何喪亡；※
作孽的人，如何淪落四方。
　祢賜我勇氣，使我一無所懼，※
　祢給我傅油，恢復青春活力。
我的眼將鄙視窺伺我的仇敵，※
我的耳朵欣聞圍攻我的人遭到敗績。
　義人好比棕櫚一樣茂盛，※
　像黎巴嫩香柏一般高聳。
他們被栽植在上主的殿中，※
在我們天主的庭院裏繁榮。
　他們雖已年老，仍然結果，※
　枝葉青綠，汁漿豐盈；

這說明上主是何等正直， ※
祂是我的靠山， 祂處事無不公允。

聖詠禱詞

上主，祢期待我們多結果實，請救我們脫離罪惡，恩賜我們常因祢的救恩、祢雙手奇妙的作爲、而歡欣踴躍。求祢廣施慈恩，使我們在信、望、愛上結出豐碩的果實。阿們。

聖歌 *申三二，1-12: 天主對子民的恩寵*

「我多次想聚集你的子民，有如母雞把幼雛聚在翅膀底下。」（瑪二三，37）

對經二

復活期外：
請讚頌我們的天主。

復活期：
我能使人死，也能使人活；我擊傷人，也能治療，阿肋路亞。

蒼天，請聽，我要發言， ※
願大地聽我口中的言語！
願我的教訓好像下降的時雨， ※
我的言語一如落下的甘露。
像降在綠茵上的細雨， ※
像落在青草上的甘霖！
因爲我要宣揚上主的名， ※
請讚頌我們的天主。
天主的作爲完美無比， ※
祂的一切行徑公平正直。
祂是眞實無妄的天主， ※
公義而又正直。
那不配作祂子女的，背叛了祂， ※
這實在是邪惡敗壞的世代！
愚昧無知的人民， ※
你們怎能這樣對待上主？
祂豈不是生育你，創造你， ※
使你生存的大父？
你要回想往古的時日， ※
思念歷代的歲月；

問你的父親，他必告訴你，※
問你的長輩，他必給你述說。
　　至高者為民族分配產業時，※
　　將亞當的後代分開時，
按照以色列子民的數目，※
劃定了萬民的疆界。
　　選民是上主保留的一份，※
　　雅格是祂特選的子民。
上主在荒野之地，※
在野獸咆哮的原野發現了他；
　　將他抱起，加以撫育，※
　　保護他像眼中的瞳人。
正如老鷹守護窩巢，※
在幼雛之上飛翔，
　　上主也怎樣伸展雙翅，※
　　把他放在自己的肩上。
上主獨自領導了他，※
沒有其他的神在他身旁。

聖詠八：*上主的尊嚴及人的高貴*

「天主將萬有置於祂的腳下，使祂作全教會的元首。」（*弗一，22*）

對經三

復活期外：

上主，*祢的名在普世何其美妙。*

復活期：

祢把光榮和尊貴，賜給了基督，阿肋路亞。

上主，我們的天主！+
祢的名在普世何其美妙，※
祢的尊榮在天上彰明閃耀。
　　祢從赤子乳兒口中，
　　取得完美的讚頌，※
　　使祢的仇敵匿跡銷聲。
我仰觀祢親手所造的穹蒼，※
和祢滿佈在天空的星辰月亮；
　　世人算什麼，祢竟對他懷念不忘？※
　　人子算什麼，祢竟對他照顧周詳？

祢使他稍遜於天使， ※
賜予他光榮和尊貴；
叫他統治祢雙手的化工， ※
讓萬物服從他的命令：
所有的羊和牛， ※
以及田野間的走獸；
天空的鳥和海裏的魚， ※
以及遊行海中的水族。
上主，我們的天主！ ※
祢的名在普世何其美妙。

聖詠禱詞

無限光榮的造物主！祢賜給人治理大地的權柄；求祢幫助我們，常服從祢的旨意，承認祢的偉大。阿們。

短讀經 *羅一二，14-16*

要祝福迫害你們的；是的，只可祝福，不可詛咒。要與喜樂的一同喜樂，與哭泣的一同哭泣。彼此要同心合意，不可心高氣傲，却要俯就卑微的人。

對答詠

領：當我讚頌祢時，我要歡呼高唱。
答：當我…
領：我的口舌要宣揚祢的正義。
答：我要歡呼高唱。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：當我…

讚主曲對經：

上主，求祢引導我的脚步，走上平安的道路。

禱詞

我們要稱頌基督的仁慈和智慧，祂以身作則，教導我們如何在衆弟兄身上，尤其是在受苦的弟兄身上看到天主，敬愛天主。我們要不斷地祈求祂：

主，求祢使我們的愛，日益真誠純潔。

我們在此清晨特別紀念祢的復活，
— 願所有的人都獲享祢的救恩。

主，求祢幫助我們今天能爲祢作證，
— 也使我們通過祢，
獻上聖潔和悅樂聖父的祭品。
求祢使我們在所有的人身上
認出祢的儀容，
— 也使我們在他們身上事奉祢。
基督，祢是葡萄樹，我們是祢的枝條，
— 使我們常與祢合而爲一，
結出更多的果實，並光榮天主父。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，我們願以唇舌、以心靈讚美祢：我們的生命既是祢的恩賜，但願我們以有生之年不斷地稱揚祢。

結束詞 *見常用經文*

第三週：主日

第一晚禱

領：天主，求祢快來拯救我。
上主，求祢速來扶助我。
願光榮歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩

1. 上主，祢創造萬有，統治宇宙；
祢使白晝燦爛光輝，黑夜適於安歇，
讓勞作者安眠無憂。

2. 當體力恢復時，
再負起工作的擔子，繼續向前走。
仁慈的上主，減輕我心靈的疲勞，
解除焦慮和憂愁。

3. 日光流逝，又近黃昏，
我們舉心向上，歌唱頌禱，
求祢大發慈悲，接引罪人回頭。

4. 我們全心歌頌，我們同聲呼求，
獻出聖潔的愛心，獻出赤子的思慕，
在上主面前，敬拜叩首。

5. 白日盡，夜將臨，信德無所懼，
信德無所憂；
上主的光明，
照耀不分晝夜，溫暖在心頭。

6. 至仁至慈的天父，俯聽我們的哀求，
偕聖子及聖神，掌管天地萬物，
同享福樂，永無盡頭。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一二：*願上主的名常受讚美*

「*祂從高座上推下了權貴，卻提拔了卑微。*」

（路一，52）

對經一

常年期：

從日出到日落，願上主的名受讚美。

將臨期：

耶路撒冷，歡欣踴躍吧！因為祢的救主就要來到，阿肋路亞。

四旬期：

主說：你們要悔改，要相信福音。

復活期：

上主至高，超越諸天，祂從塵埃裏救起了貧困，阿肋路亞。

上主的僕人，請同聲讚頌，※
讚頌上主的名。
　　願上主的名受讚美，※
　　從現在直到永遠。
從日出到日落，※
願上主的名受讚美。
　　上主超越列國萬邦，※
　　祂的光榮凌駕穹蒼。
誰能與上主、我們的天主相比？※
祂從高處俯視諸天和大地。
　　把軟弱的人從塵埃裏救起，※
　　把窮苦的人由糞土中高舉。
使我們與公卿同席，※
與民間的縉紳並坐。
　　使那不妊的婦女安居家中，※
　　成為多子的母親，其樂融融。

聖詠禱詞

全能的天主，求祢賜給我們成聖的力量；因為我們的軟弱，常常使祢的教會感到痛苦。求祢增加教會的成員，使祢的子民永不停止地歌頌祢，讚美祢的聖名。阿們。

聖詠一一五：在聖殿中謝恩

「我們要藉著基督不斷地把讚頌之祭獻給天主。」（希一三，15）

對經二

常年期：

我要舉起救恩的杯，我要呼喚上主的名。

將臨期：

我是上主，拯救你們的時刻已為期不遠，我的救恩不再遲延。

四旬期：
我要呼求上主的名，獻上讚頌之祭。

復活期：
上主，祢解除了我的羈絆，我要向祢獻上讚頌之祭，阿肋路亞。

雖然我說過：「我痛苦萬分」，※
我仍然保持信心。
　　我傍徨時，曾說過：※
　　「人心虛偽，不可信託。」
上主賜我鴻恩，※
我將何以為報？
　　我要舉起救恩的杯，※
　　我要呼喚上主的名；
我要在全體子民前，※
向上主還我許的願。
　　聖徒的逝世，※
　　上主十分珍視。
上主，至於我，我是祢的僕役，※
我和母親同樣侍奉祢。
　　祢解除了我的羈絆，+
　　我要呼求祢的名，※
　　向祢獻上讚頌之祭。
我要在全體子民前，※
在上主聖殿的庭院，
　　耶路撒冷啊！在你中間，※
　　向上主還我許的願。

聖詠禱詞

天主，祢常幫助臨終的信眾，他們的死亡在祢眼中十分珍貴，因為基督藉祂的苦難為我們掙得了彌足珍貴的聖寵。我們感謝祢，並懇求祢，當我們憂苦時，賜給我們忍耐。阿們。

聖歌 *斐二, 6-11: 論天主、天主的僕人*

對經三

常年期：
主耶穌自謙自卑，因此，天主高高舉揚了祂。

將臨期：
上主，求祢派遣那統治大地的羔羊，從曠野的磐石來到熙雍女兒的山嶺。

四旬期：
沒有人能強取我的生命；我有權捨棄，也有權收回。

復活期：
天主子在苦難中學習了服從，成為永恒救恩的源頭，使所有服從祂的人都能得救，阿肋路亞。

耶穌基督雖具有天主的形體，※
却沒有將自己與天主同等的地位，
把持不捨。
　　反而空虛自己，取了奴僕的形體，※
　　降生成人，與人相似。
形態上完全與人一樣，※
祂自謙自卑，服從至死，
且死在十字架上。
　　因此，天主高高舉揚了祂，※
　　賜給祂一個名號，超越一切名號；
使天上人間，和地下的一切，※
一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。
　　衆口同聲都明認耶穌基督為主，※
　　以光榮天主聖父。

短讀經　*希一三，20-21*

賜平安的天主，曾憑著永約的血，把群羊的大司牧我們的主耶穌，從死者中領出來，願祂使你們能行各種善功，以承行祂的旨意。願天主在我們身上，藉著耶穌基督，行祂所喜悅的事；願光榮歸於祂，直到永遠。阿們。

對答詠

領：上主，祢的化工何其浩繁。
答：上主…
領：萬有都出於祢的智慧。
答：何其浩繁。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經 *見季節專用經文*

禱詞

基督憐憫飢餓的人民，為他們行了愛的奇蹟。我們想到祂的慈愛，也向祂祈求：

主，求祢對我們顯示祢的慈愛。

主，我們承認我們今天所得到的一切恩惠，全是出自祢的慈愛，
— 不要讓我們白白接受祢的恩惠，
而使我們能結出聖德的果實。
祢是萬民的光和救恩，
求祢護祐祢派往普世的傳教士，
— 在他們心內燃起聖神的熱火。
求祢通過他們使世人認識祢和祢的福音，
— 在祢的領導下，
使我們都能慷慨地順從祢的旨意。
靈魂和肉身的神醫，求祢安慰患病的人，
援助臨終的人，
— 求祢也對我們廣施慈恩，
扶助我們的軟弱。
求祢恩賜去世的人都加入祢諸聖的行列，
— 將他們的名字記錄在生命册上。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見季節專用經文*

結束詞 *見常用經文*

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請大家前來向上主歡呼，向拯救我們的天主歌舞，阿肋路亞。

聖詠 *第九四首，見4頁*

晨　禱

讚美詩

1. 永恒的造物主，　祢使晝夜運轉，
   季節常變遷，　多采多姿少痛苦。
2. 晨雞報曉，　旭日東方出，
   給夜行人一線光亮，　宛如守夜的更夫。
3. 晨星初現，　黑暗即將消除，
   流浪的人群，　不再誤入迷途。
4. 雞鳴再起時，　航海者重新振作，
   風浪逐漸平復，　教會的磐石懺悔痛哭。
5. 耶穌，　垂憐我罪人，　救我出迷途；
   只要祢一回顧，　罪惡即將解除。
6. 祢是我的光明，　照耀我心神，
   將惡夢驅除，　我要詠詩讚頌上主。
7. 基督，　大慈大悲的君王，　與聖父聖神，
   世世代代，　同享榮福。　阿們。

聖詠吟唱

聖詠九二：造物主的偉大

「我們全能的天主、上主為王了，讓我們歡欣鼓舞，光榮祂。」（默一九，6，7）

對經一

常年期：

上主在高天，　具有奇能，　阿肋路亞。

將臨期：

上主即將來臨，　決不遲延；　祂要來揭露黑暗中的隱密；　並把自己顯示給萬民，　阿肋路亞。

四旬期：

上主，　祢的誓言信實可靠，　勝過洪水的咆哮。

復活期：

上主為王，　以尊威作衣冠，　阿肋路亞。

上主為王，　以尊威作衣冠，　※
上主身披德能，　腰繫大權。
　　祂奠定了塵寰，　※
　　大地永不搖撼。

祢的寶座由太初就已建立， ※
祢從永遠就已存在。
　　上主！ 江河波濤洶湧，＋
　　洪水澎湃怒吼， ※
　　好似雷鳴狂嘯。
上主在高天， 具有奇能，＋
鎮壓滔滔洪水的咆哮， ※
平息汪洋大海的浪濤。
　　上主， 祢的誓言信實可靠， ※
　　願祢的殿宇， 永保聖潔。

聖詠禱詞

上主， 祢是信實而眞誠的， 祢既許必踐， 言出必行。 求祢垂視祢的教會， 世世代代在信德上鞏固它， 使它成爲塵世黑暗中的一盞明燈。 阿們。

聖歌 達三, 57-88, 56:

一切受造物應歌頌上主

「天主的眾僕人， 請讚美我們的天主。」

（默一九，5）

對經二

常年期：

上主， 祢應受讚美、 光榮、 頌揚、 直至永遠。

將臨期：

一切山陵都要剷平； 彎曲的道路要修直； 崎嶇的幽徑要夷平。 上主， 請快來， 不要遲延， 阿肋路亞。

四旬期：

清泉、 水源， 請讚美上主， 稱揚歌頌祂， 直到永遠。

復活期：

受造物將被拯救， 得享天主兒女光榮的自由， 阿肋路亞。

上主的一切化工， 請讚美上主， ※
稱揚歌頌祂， 直到永遠。
　　上主的天使， 請讚美上主， ※
　　層層高天， 請讚美上主。

天上所有的水，請讚美上主，※
上主的軍旅，請讚美上主。
太陽和月亮，請讚美上主，※
天上的星辰，請讚美上主。
一切雨露，請讚美上主，※
天上的風，請讚美上主。
火與熱，請讚美上主，※
寒與暑，請讚美上主。
露和霜，請讚美上主，※
凍和冷，請讚美上主。
冰和雪，請讚美上主，※
夜和晝，請讚美上主。
光明和黑暗，請讚美上主，※
閃電和雲彩，請讚美上主。
願大地讚美上主，※
稱揚歌頌祂，直到永遠。
山嶽與丘陵，請讚美上主，※
地上所有的生物，請讚美上主。
清泉水源，請讚美上主，※
海洋江河，請讚美上主。
鯨魚和水中所有的生物，請讚美上主，※
天空所有的飛鳥，請讚美上主。
一切野獸和家畜，請讚美上主，※
普世人類，請讚美上主。
以色列人民，請讚美上主，※
稱揚歌頌祂，直到永遠。
上主的眾祭司，請讚美上主，※
上主的眾僕人，請讚美上主。
義人的心靈，請讚美上主，※
聖者和心謙的人，請讚美上主。
阿納尼雅，阿匝黎雅和米沙耳，
請讚美上主，※
稱揚歌頌祂，直到永遠。
我們應讚美父、子和聖神，※
稱揚歌頌祂，直到永遠。
上主，祢在穹蒼之上，應受讚美，※
應受讚美、光榮、頌揚，直到永遠。

（此聖歌後不加念「願光榮歸於父」）

聖詠一四八：讚美造物主之歌

「願讚頌、尊嚴、光榮和權力，歸於坐在寶座上的那位，也歸於羔羊，直到永遠。」（默五，13）

對經三

常年期：
請你們從天上讚美上主，阿肋路亞。+

將臨期：
我將在熙雍施予救恩，在耶路撒冷顯示我的榮耀，阿肋路亞。

四旬期：
世間的君王和庶民，請讚美天主。

復活期：
上主的名尊高無比，超越天地，阿肋路亞。

請你們從天上，讚美上主，※
+請你們在高處，讚美上主！
祂的眾天使，請讚美上主，※
祂的眾軍旅，請讚美上主！
太陽和月亮，請讚美上主，※
燦爛的星辰，請讚美上主。
九重高天，請讚美上主，※
天上大水，請讚美上主。
願萬有都讚美上主的名，※
祂一出命，萬有造成。
祂佈置萬物，直到萬世無窮，※
制定的法令，永遠不會變更。
請你們在地上讚美上主，※
海龍和深淵的眾水族；
閃電、冰雹、霜雪和雲霧，※
執行祂命令的狂風暴雨；
山岳和丘陵，※
果樹和松柏；
野獸和家畜，※
爬蟲和飛鳥；
世間的君王和庶民，※
地上的公侯與權貴。
童男與貞女，※
老人與少年。

　　願萬有都讚美上主的名，　※
　　　因爲只有祂的名卓絕尊榮。
上主的尊威遠超天地，　※
祂使子民嶄露頭角。
　　聖徒們都因上主而自豪，　※
　　親近祂的以色列，以祂爲榮耀。

聖詠禱詞

上主，衆天使和天上的衆軍旅、都不停地謳歌讚美祢，願世上所有的受造物都光榮祢，侍奉祢，普天和大地都宣揚祢的榮耀。阿們。

短讀經　*則三七，12b-14*

天主上主說：「我的百姓，請看！我要親自打開你們的墳墓，使你們從墳墓中復活，領你們重返以色列。我的百姓，當我打開你們的墳墓，使你們從墳墓中復活時，你們就知道我是上主。我要把我的神注入你們身內，使你們生活，安居在你們自己的土地上。那時，你們就知道我是上主，上主我言出必行」— 上主天主的諭旨。

對答詠

領：永生天主之子、基督，求祢垂憐。
答：永生…
領：坐在聖父之右者。
答：求祢垂憐。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：永生…

讚主曲對經　*見季節專用經文*

禱詞

天主派遣了聖神，照耀我們每人的心靈。
我們現在懇切的呼求天主：
　上主，求祢光照祢的子民。
天主，祢是我們的光，我們讚美祢，
— 爲了祢的榮耀，
　祢又賜給我們新的一天。
祢藉著祢聖子的復活，照亮了全世界，
— 求祢藉著祢的教會，光照所有的人。
祢藉著聖神開啓了祢聖子門徒們的理智，
使他們了解眞理，

— 求祢也把這同一聖神賜給祢的教會，
　使它保持對祢的忠貞。
祢是萬民之光，
求祢紀念那些還在黑暗中的人們，
— 開啓他們的心目，
　使他們承認祢是唯一的眞天主。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見季節專用經文*

結束詞　*見常用經文*

第二晚禱

讚美詩

1. 創造光的天主，
　祢使白晝大放光明；
　在新光的照耀下，
　開始創造宇宙的工程。
2. 自清晨到黃昏，
　白晝是祢命名；
　在這夜幕低垂時，
　俯聽我們的禱聲。
3. 當我們忘掉永生，
　沉溺在罪惡中，
　求祢伸出援手，
　別讓我們失落生命。
4. 天國爲我們開啓，
　爭取永恒的光榮；
　逃避邪惡的遭遇，
　罪污皆洗淨。
5. 至仁至慈的天父，
　同性同體的聖子，
　二者與聖神共融，
　統治天地，萬世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一零九，1-5, 7:

默西亞是君王也是祭司

「基督必須為王，直到把一切仇敵屈伏在祂的腳下。」（格前一五，25）

對經一

常年期：

上主對我主起誓說：祢坐在我的右邊，阿肋路亞。+

將臨期：

請看，上主就要來臨。祂將與王侯同席，坐上光榮的寶座。

四旬期：

上主，全能的君王，請為了祢聖名的緣故拯救我們，賜給我們悔過自新的時間。

復活期：

祂清除了罪惡以後，就坐在至高至尊者的右邊，阿肋路亞。

上主對我主起誓說：
「祢坐在我的右邊，※
+等我使祢的仇敵，做祢的腳凳。」
　　上主自熙雍伸出祢的權杖：※
　　祢要在祢仇敵中統治為王。
在聖山上，祢誕生之日，
王位就屬於祢，※
我已經生了祢，好像在黎明之前的朝露。
　　上主發了誓，決不反悔：※
　　「祢按照默基瑟德的品位，
　　永為祭司。」
上主常在祢的右邊，※
祂發怒之日，必要粉碎列王。
　　君王將在路旁暢飲溪水，※
　　因此祂將挺胸抬頭。

聖詠禱詞

上主，祢派遣祢的聖子救援了我們，祂是我們至高的祭司，永恒的君王；求祢使整個世界，從日出到日落，都奉獻祢聖子

的純潔犧牲，並使天下萬國都歸向祂，成為一個神聖的子民。阿們。

聖詠 一一零：*上主的偉大工程*

「上主，全能的天主，祢的功行偉大奇妙。」

（默一五，3）

對經二

常年期：
慈悲的上主使我們記憶祂的奇蹟，阿肋路亞。

將臨期：
群山洋溢著喜樂，丘陵流露出正義，因為世界之光上主帶著威能來到了。

四旬期：
我們藉著無罪羔羊基督的寶血得到了救贖。

復活期：
上主救贖了自己的子民，阿肋路亞。

在義人的集會和團聚中，※
我必要全心讚頌上主。
　　上主的化工確實偉大，※
　　凡喜愛它的，必須探察。
祂的作為輝煌光明，※
祂的正義永遠常存。
　　上主實在慈悲良善，※
　　祂的奇蹟永留人間。
祂賜食物給敬畏祂的人，※
永遠懷念自己的盟約。
　　將祂的奇能啓示給祂的子民，※
　　把外邦人的產業賞給他們。
祂的作為，真誠公平，※
祂的規誡，永不變更，
　　萬世萬代永遠確定，※
　　是按照真理和公正而構成。
祂迅速救贖了祂的百姓，※
祂訂立了永久的誓盟。
　　祂的名號，神聖而可畏，※
　　敬畏上主，是智慧的開端。

按智慧行事，才能增長見識，※
願上主受光榮，直到永世。

聖詠禱詞

上主，求祢對祢的信眾大發慈悲，把食糧賜給敬畏祢的人，並永遠記憶祢的盟約；懇求祢加強我們的信德，以祭獻的盛筵養育我們；教導我們讚美祢、敬畏祢，因爲敬畏祢是智慧的開端。阿們。

四旬期外

聖歌 *默一九，1-2, 5-7: 論羔羊的婚筵*

對經三

常年期：
我們全能的天主、上主已經為王，阿肋路亞。

將臨期：
我們要度公正、虔敬的生活，期待著所渴望的幸福，上主的來臨。

復活期：
阿肋路亞，我們的主為王了；我們要歡欣踴躍，讚頌祂，阿肋路亞。

阿肋路亞！
勝利、光榮和德能，屬於我們的天主，※
因爲祂的判斷正確而又公平。
阿肋路亞！
　　阿肋路亞！
　　天主的僕人，請讚美我們的天主，※
　　凡敬畏祂的人，無論大小尊卑，
　　請讚美天主。
　　阿肋路亞！
阿肋路亞！
我們全能的天主上主掌握了王權，※
我們要歡欣鼓舞，將光榮歸於天主。
阿肋路亞！
　　阿肋路亞！
　　羔羊的婚期已經臨近，※

祂的新娘也盛粧以待。
阿肋路亞！

四旬期

聖歌 *伯前二, 21-24*

對經三：
祂的確承擔了我們的疾病，負起了我們的痛苦。

基督爲你們忍受了痛苦，+
給你們留下了榜樣，※
使你們能追隨祂的足跡。
祂平生從未犯罪，※
從未口出欺人之言；
祂受辱罵，從不還口，+
祂受虐待，也不報復，※
只把自己交付給那公義的審判者。
祂身懸十字木架上，※
親自承擔了我們的罪過。
使我們死於罪惡，而活於正義，※
你們是因祂的創傷，才獲得痊癒。

短讀經 *伯前一，3-5*

我們要讚美主耶穌基督的天主和祂的父，祂仁慈無量，藉耶穌基督由死者中的復活，重生了我們，使我們獲得那充滿生命的希望，並獲得那爲你們保留在天上的不朽壞而完整的產業。因爲天主以大能保護你們，使你們藉著信心而獲得救恩。這救恩已準備好，要在末世實現。

對答詠

領：上主，祢在穹蒼之上應受讚美。
答：上主…
領：應受讚美，應受光榮。
答：應受讚美。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經 *見季節專用經文*

禱詞

天主派遣聖子救贖世人，改造了昔日所創造的世界，並時時以慈愛予以更新。我們現在以歡愉之心向祂呼求：

上主，求祢在我們中間重行祢慈愛的奇蹟異事。

天主，我們感謝祢，因爲祢在所創造的萬物身上啓示了祢的全能，
— 宇宙的運行，顯示了祢的照顧。
求祢藉著祢的聖子，
和平的使者和十字架上的勝利者。
— 救我們免除無謂的恐懼和失望。
求祢賞賜所有愛護和尊重正義的人，
— 誠心誠意地共同建立世界的眞正和平。
求祢援助受壓迫的，拯救被奴役的，
安慰貧困的，給飢餓的人食物，
使病弱的人堅強，
— 求祢在一切事上，
顯示出祢聖子十字架的勝利。
祢曾奇妙地使死後被埋葬的祢的聖子，
光榮地復活，
— 求祢恩賜去世的人同祢的聖子共享永生。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見季節專用經文*

結束詞 *見常用經文*

第三週：星期一

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：

請大家一齊到主面前感恩讚頌。

聖詠 *第九四首，* *見 4 頁*

晨　禱

讚美詩

1. 基督，聖父的榮耀，出自光明的光明，
   一切光明的源頭，照耀白晝的真光。
2. 基督，
   祢是眞理的太陽，放射永恒的光芒；
   請將聖神的光輝，撒在我們心上。
3. 永恒光榮的天父，求祢廣施恩澤，
   除去我們的罪污，增強聖寵的力量；
4. 粉碎邪魔的爪牙，扭轉艱難的情況，
   扶弱濟貧，天恩浩蕩。
5. 基督，指引我心，不離正路，
   保持身心的純潔，賜我信德堅強。
6. 信德作飲料，基督是食糧，
   歡飲聖德恩澤，陶醉又舒暢。
7. 白晝易逝，尤其是歡樂時光，
   聖潔芬芳似清晨，
   信德要堅強，像中午的太陽。
8. 全能的上主，請賜我生命的活力，
   勇往直前，不受黃昏的影響。
9. 日夜交替，曙光再現，
   父子聖神同是生命的曙光，
   導我信衆，奔向天鄉。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 *八三：對上主殿宇的渴慕*

「我們在此世沒有永久的城！而是在尋求那將來的城。」（希一三，14）

對經一

復活期外：

上主，住在祢的殿裏，眞有福氣！

十二月十七～二三：

請看，普世君王的元首、上主將要來臨，凡準備好迎接祂的人是有福的。

復活期：

我的心靈和肉軀歡欣讚頌生活的天主，阿肋路亞。

萬有的上主，祢的殿宇多麼可愛，※
我渴慕上主的庭院，而至筋疲力衰。
　　我的心靈和肉軀，※
　　讚頌生活的天主。
萬有的上主，我的君王，我的天主，＋
麻雀在祢的祭壇旁覓得了居所，※
燕子也找到了安置幼雛的巢窩。
　　上主，住在祢的殿裏，※
　　不斷讚美祢的人，眞有福氣！
那只以祢爲靠山，※
一心嚮往祢的人，眞有福氣！
　　他們經過乾涸的山谷，＋
　　將它化爲水泉，※
　　時雨初降，它將成爲幸福的田園。
他們一路愈行愈健，※
直達熙雍朝見天主。
　　上主、萬有的天主，
　　請垂允我的祈禱，※
　　雅格的天主，求祢俯聽我的哀號。
天主，祢是我們的護祐，※
求祢眷顧祢的受傅者。
　　在祢殿院一日，遠勝他處千日，＋
　　我寧可站在我天主殿宇的門限，※
　　也不願寄住在惡人的帳幔。
上主有如太陽，又似護盾，＋
祂慈暉普照，憐憫我們，※
對忠貞的人，無不慷慨施恩。
　　萬有的天主，誰依賴祢，※
　　誰就有福，無憂無慮。

聖詠禱詞

仁慈的聖父，祢的聖子爲我們受盡了苦難，祢便高舉了祂，使祂坐在祢的右邊；求祢在通往天鄉的旅途上，引導祢的教會，仁慈地垂顧它的奉獻，就是祢聖子做爲犧牲的奉獻，並帶領我們到達祢永恒的天鄉。阿們。

聖歌 依二，2-5：上主的聖殿超越群山

「萬民都要前來崇拜祢。」（默一五，4）

對經二

復活期外：
請來，讓我們攀登上主的聖山。

十二月十七～二三：
請向上主高唱新歌，稱揚祂的榮耀，直到地極。

復活期：
上主的聖殿超越群山，萬民都向它湧來，阿肋路亞。

到了末日，上主的聖殿山崗，※
必要矗立在群山之巔。
　　超乎一切山岳之上，※
　　萬民都要向它湧來；
列國萬邦都要前來說：+
請來，讓我們攀登上主的聖山，※
前往雅格的天主的聖殿。
　　祂將教給我們祂的道，※
　　我們將遵循祂的路。
因為法律將出自熙雍，※
上主的話將來自耶京。
　　祂將統治列邦，※
　　祂要裁判萬民。
他們將把刀劍鑄成鋤頭，※
把槍矛製成鐮刀。
　　民族與民族不再持刀相向，※
　　人們也不再習武，動兵打仗。
雅格家族，請你們來吧，※
讓我們在上主的光明中前進。

聖詠 九五：

上主是大地的君王和審判者

「他們在寶座前，在羔羊面前唱著一首新歌。」

（參閱默一四，3）

對經三

復活期外：
你們要向上主歌唱，讚美祂的聖名。

十二月十七～二三：

人子來臨時，能在世上找到信德嗎？

復活期：

你們要向萬民宣報：主為王了，阿肋路亞。

你們要向上主高唱新歌，※
普世大地，要向上主詠唱。
　　你們要向上主歌唱，
　　讚美祂的聖名，※
　　日復一日，不斷宣揚祂的救恩。
在列邦中，傳述祂的光榮，※
在萬民中，宣揚祂的奇能。
　　因爲上主偉大，應極受讚美，※
　　祂超越衆神，可敬可畏。
衆神盡屬虛幻，※
而上主創造了諸天。
　　威嚴與尊榮作祂的前導，※
　　祂的聖所充滿威能和光耀。
各家各戶，請讚頌上主的光榮威能，※
請光耀上主的名號；
　　攜帶著祭品，進入祂的庭院，※
　　穿戴著聖潔的衣冠，叩拜上主；
普世大地，在祂面前要戰兢，※
向萬民宣布「上主爲王」。
　　祂穩定寰宇，不再動盪，※
　　以正義公允審判萬邦。
蒼天和大地要歡欣鼓舞，※
海洋中的一切要踴躍歡騰；
　　原野中的一切都要雀躍，※
　　森林中的樹木也要舞蹈；
因爲上主已經駕臨，※
祂來審判乾坤；
　　按正義審判普世，※
　　以信實對待萬民。

聖詠禱詞

主耶穌基督，永生天父的聖言，祢寄居在我們中間的時候，天地都歡欣踴躍。求祢在教會中，喊醒並保存對祢再來的希

望，幫助它，能使那些仍遠離祢的人、重新獲得這個希望，使所有的人在祢內找到他們的家園，諸天和大地也要對祢高唱新曲。阿們。

短讀經 *雅二，12-13*

你們既然按照那使人自由的法律受審判，就該照這法律說話行事，因爲審判時對那不行憐憫的人，也不予憐憫；憐憫人的不怕審判。

對答詠

領：願上主受讚美，從今世到永遠。
答：願上主…
領：唯獨祂作了奇妙化工。
答：從今世到永遠。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：願上主…

讚主曲對經：
願上主、我們的天主受讚美。

禱詞

天主使人類生活在世界上，同心合意地努力光榮祂。我們現在誠懇地祈求祂：
上主，求祢使我們常為光榮祢而工作。

天主，萬有的造主，我們讚頌祢。
— 因爲祢爲我們創造了這美好的世界，
又賜給我們這新的一天。

我們又將開始日常的勞苦工作，
求祢眷顧我們，
— 使我們愉快地參與祢的工程，
常順從祢的旨意。

求祢使我們今天的工作，
有益於我們的弟兄，
— 使我們同他們聯合一起，也爲他們的利益建設一個合乎祢聖意的社會。

求祢救助我們和我們今天所遇見的人，
— 賞賜我們喜樂和平安。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天

上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主天主、天地的君王，求祢今天按照祢的誡命和律法，引導、聖化並管教我們的身心、五官、思、言、行爲，使我們今天所有的活動，賴祢的助祐，都能博得祢的歡心。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 無限的上主，祢創造了宇宙，
   混沌初開時，天連水，水連天，
   祢使它們分開，天地有界限。
2. 上有天界，下有河川，
   各有定位，秩予井然；
   流水節制地熱，使大地安全。
3. 求主賜我豐富的恩典，面對新的誘惑，
   不要讓我們重犯舊錯，陷入兇險；
   信仰放射光芒，助我脫離虛幻。
4. 大慈大悲的天父，同性同體的聖子，
   偕同天主聖神，世世代代，
   掌管宇宙，統治人寰。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一二二： *上主是祂子民的依賴*

「兩個瞎子喊叫說：主！達味的後裔，可憐我們吧！」（瑪二零，30）

對經一

復活期外：

我們的雙目常仰望著上主，直到祂憐憫我們為止。

十二月十七～二三：

請看，普世君王的元首、上主將要來臨，凡準備好迎接祂的人，是有福的。

復活期：
上主將是祢的永恒之光，天主將是你的光榮，阿肋路亞。

高居諸天的上主，※
我舉目仰望祢。
　　正如僕人的眼睛望著主人的手，※
　　又像婢女的眼睛注視主母的手，
我們的雙目也同樣仰望著上主、
我們的天主，※
直到祂憐憫我們為止。
　　上主，求祢憐憫我們，憐憫我們，※
　　因為我們已經飽嘗欺凌，
受盡了富貴人的輕慢，※
驕傲人的侮辱。

聖詠禱詞
天主，祢無所不在，我們舉首仰望祢；求祢壓制我們的驕傲，對我們廣施憐憫。阿們。

聖詠一二三： *我們的救助來自上主*

「主對保祿說：不要害怕，…因為有我與你同在。」（宗一八，9-10）

對經二

復活期外：
我們的救助來自上主，是祂創造了天地萬物。

十二月十七～二三：
請向上主高唱新歌，稱揚祂的榮耀，直到地極。

復活期：
羅網已被扯破，我們都已逃脫，阿肋路亞。

若不是上主協助我們，＋
以色列應該承認：※
若不是上主協助我們，
　　當敵人群起來反對我們，＋
　　憤然攻擊我們時，※
　　我們早被活活地吞噬。

就像洪水將我們沖失，+
急流將我們捲走，※
巨浪將我們淹沒。
　　請讚美上主，祂沒有拋棄我們，※
　　任憑敵人摧殘蹂躪。
我們好像一隻麻雀，※
掙脫了獵人的羅網。
　　羅網已被扯破，※
　　我們才得逃脫。
我們的救助來自上主，※
是祂創造了天地萬物。

聖詠禱詞

主耶穌基督，祢曾預告祢的門徒，他們都將因祢的緣故而受到迫害。當我們遭受迫害時，請安慰我們，拯救我們脫離惡人的詭計和陷阱。阿們。

聖歌 *弗一，3-10：論救主天主*

對經三

復活期外：
天主藉祂的聖子簡選我們，成為祂的義子。

十二月十七～二三：
人子來臨時，能在世上找到信德嗎？

復活期：
我從地上被舉起時，我要吸引萬民歸依我，阿肋路亞。

願天主，
我們的主耶穌基督的父受讚美，※
祂在天上，在基督內，
賜給我們各種屬於神的福分：
　　因為祂在創世之前，
　　已在基督內簡選了我們，※
　　使我們在祂面前聖潔無瑕；
祂又出於愛心，按照自己的決意，+
藉耶穌基督預定了我們，※
成為祂的義子，而歸祂所有。
　　使人頌揚祂恩寵的光榮，※
　　這是祂在愛子內賜給我們的恩寵；

我們藉著祂愛子的血，在祂愛子內，※
獲得了救贖和罪過的赦免。
　　天主把這恩寵
　　豐厚地傾注在我們身上，※
　　賜給我們各種智慧和明達，
使我們知道祂旨意的奧秘，※
這都是依照祂在愛子內所定的計劃。
　　按照祂的措施，時期一滿，※
　　就使上天下地的一切，重歸於基督。

短讀經 *雅四，11-12*

弟兄們，你們不要彼此詆毀；詆毀弟兄或評斷弟兄的，就是詆毀法律，評斷法律；若是你評斷法律，你便不是守法的，而是審判者；只有一位立法者和審判者，就是那能拯救人，也能毀滅人的天主；然而你是誰，竟敢評斷別人？

對答詠

領：我得罪了祢，求祢醫治我。
答：我得…
領：我曾說過：上主，求祢憐憫我。
答：求祢醫治我。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：我得…

謝主曲對經：

我的靈魂頌揚天主，因為祂垂顧了我的卑微。

禱詞

基督願意引領所有的人獲得救恩。因此，我們誠心誠意地祈求祂：
　主，求祢引領所有的人歸向祢。

主，我們讚美祢，因爲祢用祢的寶血把我們從罪惡的奴役中贖出，
— 求祢將天主子女的光榮自由賜給我們。
求祢恩祐我們的主教和教會的全體主教，
— 使他們以歡愉和熱誠的精神
　為祢的子民服務。
求祢使追求眞理的人，
能在追求時找到眞理，

— 使他們找到真理後，也能與他人分享。
主，求祢救助孤兒、寡婦，
和所有被遺棄的人，
— 使他們在困難中，體驗到祢的關懷，
而更依賴祢。
求祢慈祥地迎接去世的弟兄進入天國，
— 祢在那裏，和聖父聖神將統御一切。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，祢是永燃不熄之光；求祢今晚照耀我們，驅除我們心中的黑暗，并以祢的無限仁慈，寬恕我們的過犯。

結束詞 *見常用經文*

第三週：星期二

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請大家前來朝拜偉大的君王，上主。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 晨光報喜，人心舒暢，
大地一片錦繡，萬物光輝明朗。

2. 基督，
祢是生命的活力，祢是永恒的太陽，
我們向祢歡唱新歌，
信賴祢的人永不失望。

3. 祢是聖父的智慧， 光照世界的聖言，
使萬物光輝燦爛， 秩序井然，
令人心神嚮往；
4. 請指引我們做光明之子， 孜孜行善，
以言以行， 使天父的形象大放光芒。
5. 求祢護祐我們， 口舌寬厚真誠，
透過真理的實踐， 喜樂洋洋。
6. 基督， 仁慈的君王， 偕聖父及聖神，
同享榮光， 萬世無疆。 阿們。

聖詠吟唱

聖詠八四： *我們的救援近了*

「 天主藉著我們救主的降世， 降福了祂自己的國土。 」（奧利振）

對經一

復活期外：

上主， 祢降福了祢的國土， 赦免了祢子民的罪惡。

十二月十七～二三：

上主將離開祂的聖所， 來拯救祂的子民。

復活期：

天主， 祢將恢復我們的生命， 祢的子民將因祢而歡欣， 阿肋路亞。

上主， 祢憐愛祢的國土， ※
祢領回了流徙的雅格，
赦免了祢子民的罪惡， ※
遮掩了他們的一切過錯。
祢已完全息怒， ※
祢的怒火消除。
天主， 我們的救主，
求祢復興我們， ※
止息祢對我們的憤怒。
祢豈能對我們永遠震怒？ ※
是否祢的氣憤永不平息？
難道祢不會使我們復生， ※
使祢的子民因祢而歡欣？
上主， 求祢大發慈悲， ※
賜給我們救恩。

我要聽天主上主說的話：+
祂要向自己的聖徒和子民，※
向皈依祂的人宣佈和平的綸音。
祂的救恩只賜與敬畏祂的人，※
使祂的光榮在我們的地上久存。
慈愛和眞誠要彼此相逢，※
正義與和平將彼此相擁。
天主的正義由天上俯視，※
世人的忠誠從地下出生。
上主必會賜下甘露，※
我們的土地必會豐收。
平安緊隨祂的腳步，※
正義在上主面前開路。

聖詠禱詞

上主，求祢向我們顯示慈愛，我們既貧窮又軟弱，請消除我們內心的不安，加強我們對祢永遠的信賴。阿們。

聖歌 *依二六，1-4, 7-9, 12: 勝敵後的讚歌*

「城牆有十二座基石。」（默二一，14）

對經二

復活期外：
我的心靈夜間想望祢，清晨尋覓祢。

十二月十七～二三：
我們有一座堅城熙雍，救主將建造城牆外郭保護它；請你們大開城門，因為天主與我們同在，阿肋路亞。

復活期：
我們信賴上主，祂就賜給我們平安，阿肋路亞。

我們有一座堅固的城—熙雍，※
有內城外郭作護衛。
你們要大開城門，※
讓忠貞的子民走進。
他們的意志堅定，+
祢使他們保持和平，※
因爲他們對祢始終信任。
你們要永遠仰賴上主，※
因爲祂是永恒的磐石。

祢修平了義人的道路， ※
他們得以暢行無阻；
　　上主， 我們遵守祢的法律，
　　期待著祢， ※
　　我們的心靈永遠懷念著祢的名號。
我的心靈夜間想望祢， ※
清晨尋覓祢。
　　當祢在世上執行審判時， ※
　　地上的居民就會學習正義。
上主， 願祢給我們賜下和平， ※
是祢完成了我們的一切作為。

聖詠 六六： *萬民應稱頌上主*

「你們要知道： 天主已將這救恩， 賜給了外邦人。 」（宗二八，28）

對經三

復活期外：

上主， 願祢的容光照耀我們。

十二月十七～二三：

上主， 讓我們在世上認識祢的道路， 使萬民得知祢的救贖。

復活期：

大地已出產了果實， 願萬民都踴躍歡欣，
阿肋路亞。

願天主憐憫我們， 降福我們； ※
願祂的容光照耀我們！
　　讓世人認識祂的道路， ※
　　使萬民得知祂的救贖。
天主， 願萬民都稱頌祢， ※
願列邦都讚美祢！
　　願萬民都踴躍歡欣， +
　　因為祢按正義統治世人， ※
　　在地上以公正領導萬民。
天主， 願萬民都稱頌祢， ※
願列邦都讚美祢。
　　大地產生五穀， ※
　　願天主， 我們的天主賜福，
願天主給我們賜福， ※
願四極八方敬畏天主！

聖詠禱詞

上主，願所有的人都讚美祢，因為大地結出了豐碩的果實；祢藉著十字聖木，向我們廣施慈恩：基督伸開的手臂擁抱著全人類，願眾人永遠享受十字聖樹所結的救恩果實。阿們。

短讀經 *若壹 四，14-15*

我們曾瞻仰過，並且作證：父派遣子來作世界的救主；誰若明認耶穌是天主子，天主就住在他內，他也住在天主內。

對答詠

領：我的天主，我的避難所，
我一心投靠祢。
答：我的天主…
領：我的護盾、我的碉堡。
答：我一心投靠祢。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：我的天主…

讚主曲對經：

上主，正如祂藉歷代諸聖先知所作的預言，為我們興起了大能的救主。

禱詞

基督以自己的血取得了一個新的民族；我們敬拜祂，懇切地呼求祂：

主，求祢紀念祢的子民。

我們的君王、我們的救主，我們在今天的開始歌頌讚美祢，求祢俯聽我們，
— 使我們不斷地讚美祢的尊威，
宣揚祢的偉大。
祢是我們的希望和依靠，我們信賴祢，
— 求祢使我們永不失望蒙羞。
求祢憐視我們的脆弱，快來扶助我們，
— 因為沒有祢，我們就一無所能。
求祢眷念貧困和被遺棄的人，
不要讓今天成為他們的負擔，
— 但成為他們的安慰和喜樂。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天

上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

全能的天主，祢所創造的萬物多麼光輝燦爛！求祢使我們，因祢的聖名，愉快地開始這一天，也使我們敬愛祢，並熱誠為人服務，以完成今日的工作。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 偉大的造物真主，祢固定了大地，
   穩如泰山，由混沌的洪水中浮出。
2. 百花齊放，大地生長植物，
   結實纍纍，人人得以果腹。
3. 天降神恩，治愈靈魂的創痛，
   淚水洗罪污，蠢動賴以制服。
4. 服從天命，遠離邪惡，
   逃避死亡的威脅，為善最有福。
5. 仁慈的聖父，與聖子聖神同性同體，
   統治大地，永享真福。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一二四：

上主是祂子民的守護者

「願平安降在天主的新以色列身上。」

（迦六，16）

對經一

復活期外：

上主保護祂的子民。

十二月十七～二三：

上主將離開祂的聖所，來拯救祂的子民。

復活期：

祝你們平安，是我：不要害怕，阿肋路亞。

依賴上主的人，穩如熙雍山，※
要永遠屹立不搖。
　　群山圍繞著耶路撒冷，+
　　上主也保護著祂的子民，※
　　從現在直到永恒。
上主不容惡勢力統治義人的命運，※
以免他們伸手行凶。
　　上主，求祢恩待善良的人，※
　　賜福給心地正直的人。
那離棄正路，走入歧途的人，+
上主必使他們與惡徒一同沉淪，※
唯願以色列永享太平。

聖詠禱詞

上主，祢在磐石上建立了祢的教會，求祢常常守護它，也讓我們始終忠於它，使我們拒絕魔鬼的誘惑，處處效法祢的榜樣。阿們。

聖詠一三零：赤子般的信賴上主

「我是良善心謙的，你們要向我學習。」

（瑪一一，29）

對經二

復活期外：

你們若不變得像似孩童，決不能進入天國。

十二月十七～二三：

我們有一座堅城熙雍，救主將建造城牆外郭保護它；請你們大開城門，因為天主與我們同在，阿肋路亞。

復活期：

以色列，你要信賴上主，阿肋路亞。

上主，我不心高氣傲，※
我也不敢自視過高；
　　我決不好大喜功，※
　　也不妄想成大業。
但願我的心靈，※
得享平靜與安寧；

我的心靈好似吃奶的嬰兒， ※
就像嬰兒偎依在母親懷中。
以色列， 你要仰賴上主， ※
從現在直到永遠！

聖詠禱詞

良善心謙的主耶穌， 祢曾應許： 要把祢的天國賜給謙卑和像孩童的人。 求祢助祐我們， 總不要讓驕傲控制我們的心， 好使我們能接受祢那輕柔的軛， 並能從祢的父那裏得到憐愛和榮耀。 阿們。

聖歌 *默四, 11; 五, 9, 10, 12:*

蒙救贖者的讚詞

對經三

復活期外：
上主， 求祢使我們成為天國的子民和侍奉天主的祭司。

十二月十七～二三：
上主， 讓我們在世上認識祢的道路， 使萬民得知祢的救贖。

復活期：
願一切受造物都侍奉祢， 因為祢一發言， 萬物就被造成， 阿肋路亞。

上主， 我們的天主， ※
祢理當接受光榮， 尊威和權能；
因爲祢創造了萬物， ※
萬物都是因祢的旨意而存在，
而造成。
上主， 只有祢堪當接受那書卷， ※
開啓書卷上的封印。
因爲祢曾被宰殺， +
從各支派， 各語言，
各民族， 各國家中， ※
用祢的血把我們拯救出來，
歸於天主；
使我們成爲天國的子民和祭司，
侍奉我們的天主， ※
我們必要爲王， 統治世界。

被宰殺的羔羊理當接受權能， ※
富裕、 智慧、 英勇、
尊威、 光榮和讚頌！

短讀經 *羅一二, 9-12*

愛，不可虛偽；惡，要厭惡；善，要持守，要以手足之情彼此相愛。論尊敬，要爭先；論關懷，不可疏忽；對於主，要熱心侍奉；因著望德，要喜樂；在困苦中，要忍耐；祈禱要恒心。

對答詠

領：上主，祢的聖言萬古常新。
答：上主…
領：祢所有的真理代代相傳。
答：萬古常新。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主，祢的聖言萬古常新。

謝主曲對經：
我的心神歡躍於天主，我的救主。

禱詞

天主是祂子民的希望，我們以歡愉的心呼求祂：

上主，求祢俯聽我們。

上主，我們感謝祢，因為祢使我們因著基督而擁有一切精神的財富，
— 求祢藉基督的教導，
常加深我們對祢的認識。
天主，掌權者的心都在祢手中，
求祢賞賜國家首長以祢的智慧治理國事，
— 使他們事事符合祢的旨意，
在思言行為上都能使祢歡心。
祢使從事藝術的人，
以他們的才能宏揚祢的榮耀和偉大，
— 求祢藉著他們的作品，
帶給人們希望與歡樂，美化這個世界。
祢不容許那超越我們能力的試探、
考驗我們，
— 求祢堅強軟弱的人，扶助失足跌倒的人。

祢藉著祢的聖子曾經許諾：
使我們在世界末日復活，獲得永生，
— 求祢永遠不要忘記那些去世的人。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

仁慈的天主，但願我們的晚禱上達天廷，祢的福祐降臨人間；賴祢的助祐，使我們今生及來世獲得救恩。

結束詞 *見常用經文*

第三週：星期三

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請大家前來朝拜、創造我們的上主。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 離去吧！黑夜沉沉，
   昏暗及烏雲，世間的動亂糾紛。
2. 東方發白，曙光初現，
   大地燦爛，基督已來臨。
3. 陽光撥烏雲，普照塵寰，
   五光十色，萬物莫不振奮。
4. 心靈的昏瞶，人間的虛僞，
   也雲消霧散，因爲上主已降臨。
5. 基督，我們只尋求祢，懷著純樸的心神，
   向祢屈膝叩拜，哀禱歌吟。
6. 求祢垂顧我們的心願，
   掃除生活的困惑及缺失，
   在祢的光明中，重獲自由的精神。

7. 基督，大慈大悲的君王，
偕聖父及聖神，同享光榮，永無窮盡。
阿們。

聖詠吟唱

聖詠八五：貧困者在逆境中的祈禱

「天主在各種磨難中常安慰我們，願祂受讚美。」（格後一，3, 4）

對經一

復活期外：
上主，求祢使祢的僕人歡喜，我的心靈仰賴祢。

十二月十七～二三：
全能的上主將從熙雍前來，拯救祂的子民。

復活期：
上主，萬民都要來朝拜祢，阿肋路亞。

上主，求祢側耳聽我，※
因為我困苦貧窮。
求祢保護我的靈魂，+
因為我對祢虔誠，※
求祢拯救那仰賴祢的僕人。
我的天主，求祢憐憫我，※
上主，我整天呼求祢。
求祢使祢的僕人歡喜，※
上主，我的心靈仰賴祢。
上主，祢實在良善寬仁，※
以仁慈厚待呼求祢的人。
上主，求祢俯聽我的祈禱，※
細聽我的哀告。
患難之日，我向祢呼救，※
祢定要俯允我的祈求。
上主，沒有一個神明相似祢，※
沒有任何作為可與祢相比。
上主，祢創造的萬民齊來欽崇，※
歌頌讚揚祢的聖名。
祢偉大無比，施行奇蹟，※
祢是獨一無二的天主。

上主，求祢指給我祢的途徑，+
我必照祢的眞道進行，※
使我一心敬畏祢的名。
　　我的天主，我要全心向祢歌頌，※
　　上主，我要永遠光榮祢的聖名。
因爲祢對我的仁慈，偉大無邊，※
拯救我的靈魂，免陷陰間。
　　天主，傲慢的人起來攻擊我，+
　　一群強橫的人想謀害我的性命，※
　　他們絲毫不把祢放在眼中。
上主，祢卻是良善慈悲的天主，※
極其寬仁而信實，不輕易發怒。
　　求祢垂視我，憐憫我，+
　　賜給祢的僕人活力，※
　　援救祢婢女的兒子。
求祢顯示祢愛我的憑證，+
使仇人一見就感到慚愧，※
上主，因爲祢救助我，安慰我。

聖詠禱詞

仁愛慈祥的天主，耶穌藉祢的力量，克服了死亡。我們信賴祢的慈愛，求祢以大能時常支持我們，幫助我們在衆人面前做祢愛的見證，使他們也因此讚美祢、光榮祢。阿們。

聖歌 *依三三，13-16：天主秉公審判*

「這恩許是給你們和你們的子女，以及所有遠方的人。」（宗二，39）

對經二

復活期外：
行事正直，說話誠實的人，真是有福。

十二月十七～二三：
為了熙雍，我決不緘默，直到她那位正義者出現，大放光明。

復活期：
我們將親眼看到光榮的君王，阿肋路亞。

遠方的人，你們要聽我所言所行，※
近處的人，你們要承認我的大能。

兇殘的罪人膽戰心驚， ※
不法之徒不勝惶恐：
「我們中間，誰能與吞噬的大火共存， ※
誰能與不滅的烈燄相處？」
是那行事正直，說話誠實的人，+
他拒絕敲詐來的財物， ※
搖手拒受任何賄賂。
他充耳不聞血腥之事， ※
他閉眼不看犯法惡行。
這樣的人將安居高處， ※
磐石的堡壘作爲保護，
他的食糧有人供應， ※
他的飲水永保不缺。

聖詠 *九七*：

上主審判萬民，獲得勝利

「此聖詠預示主的第一次來臨和萬民的信仰。」（聖達修）

對經三

***復活期外*：**
請在上主、君王面前歡呼。

***十二月十七～二三*：**
上主的神臨於我身，派遣我向貧苦人傳報喜訊。

***復活期*：**
所有的人都要看見我們天主的救恩，阿肋路亞。

上主行了奇事， ※
你們要高唱新歌。
祂的右手和聖臂， ※
爲祂贏得了勝利。
上主宣佈了祂的救恩， ※
將祂的正義顯示給萬民。
祂沒有忘記祂的仁慈， ※
和對以色列的信實。
大地四極的人， ※
看見了我們天主的救恩。
普世大地，請向上主歡呼， ※
詠詩讚頌，載歌載舞。

彈著豎琴，歌頌上主，※
彈著豎琴，伴著絃韻。
　　吹起喇叭，響起號角，※
　　在上主君王面前歡呼。
願海洋和水族同聲高呼，※
願寰宇和萬民歡欣鼓舞。
　　江河拍手鼓掌，※
　　山岳起舞歡唱。
在上主面前歡躍，因爲祂已駕臨，※
祂要親自審判大地乾坤，
　　以正義審判普世人群，※
　　以公平治理天下萬民。

聖詠禱詞

上主，祢的聖子使我們認識祢的大愛；求祢教導凡參與感恩祭聖筵的人，都高唱新的感恩歌，使他們從今世，直到永遠，讚美祢、光榮祢。阿們。

短讀經　*約一，21；二，10b*

我赤身出離母胎，也要赤身歸去；上主賞賜的，上主收回。願上主的名受讚美。如果我們由天主接受恩惠，難道就不能接受災禍嗎？

對答詠

領：天主，請使我的心服從祢的誡命。
答：天主…
領：請照祢的諾言賜我生命。
答：服從祢的誡命。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：天主…

讚主曲對經：

上主，求祢對我們大發慈悲，記起祢的神聖盟約。

禱詞

基督撫養並愛護教會，曾爲它犧牲了性命。我們現在懇切地祈求祂：

主，求祢垂顧祢的教會。

主，教會的善牧，祢今天賞給了我們光明和生命，我們讚美祢，

— 求祢使我們對如此鴻大的恩惠表示感謝。
求祢以慈心照顧祢所聚集的羊群，
— 不要讓父賜給祢的人，喪亡一個。
求祢引領祢的教會遵守祢的誡命，
— 願聖神使教會永遠對祢效忠。
求使祢的教會在祢聖言和聖體的筵席上，獲得活力，
— 使教會藉此神糧的力量，愉快地追隨祢。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

仁慈的天主，祢以無上的智慧造生了我們，又細心地照顧我們；求祢光照我們的心靈，使我們以言以行，對祢保持忠貞。

結束詞 *見常用經文*

晚　禱

讚美詩

1. 至聖的造物眞主，祢的光明充滿宇宙，
萬物燦爛光輝，日月運行，從不越軌。
2. 群星閃動，各有規律；
晝夜有分界，月份各不同，
莫不依次進退。
3. 上主，求祢照亮人心，洗淨精神的污染，
解除罪惡的桎梏，粉碎邪惡的勢力，
一片祥和福瑞。
4. 仁慈的天父，偕唯一聖子，施慰的聖神，
統治乾坤，大地春回。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一二五：

我們的喜樂和希望全在天主

「你們如何分擔了痛苦，也要同樣共享安慰。」(格後一,7)

對經一

復活期外：

含淚播種的，必含笑收割。

十二月十七～二三：

全能的上主將從熙雍前來，拯救祂的子民。

復活期：

你們的憂苦將化為喜樂，阿肋路亞。

上主率領俘虜回到熙雍，※
我們彷彿身在夢中。
　　那時，我們滿心歡樂，※
　　我們引吭高歌。
那時，異民彼此說：※
「上主爲他們作了大事！」
　　上主爲我們行了奇蹟，※
　　我們都滿心歡喜。
上主，求祢領我們重歸故里，※
好像沙漠中再見小溪。
　　含淚播種的，※
　　必含笑收割。
他們且行且哭，出去播種耕耘，※
他們載欣載奔，回來背著麥捆。

聖詠禱詞

主、耶穌基督，我們的生命與復活，求祢在教會內重行祢的救贖工作。引導那些處於憂苦和不安中的信眾，走向永福的道路；含淚所播的種子，能收穫歡笑與喜樂。阿們。

聖詠一二六：

若無天主，則徒勞無功

「你們是天主的建築物。」（格前三，9）

對經二

復活期外：

上主為我們興工建屋，防守城堡。

十二月十七～二三：

為了熙雍，我決不緘默，直到她那位正義者出現，大發光明。

復活期：
我們或生或死，都是屬於主的人，阿肋路亞。

若非上主興工建屋，※
建築的人徒然勞碌；
　　若非上主防守城堡，※
　　警醒護守也是徒勞。
縱然你清晨早起，※
深夜不眠，也徒然無益。
　　茹苦含辛，也僅得一飽；※
　　上主所愛的，卻毫無煩惱。
子女是上主恩賜的產業，※
兒孫承歡是祂的酬報。
　　年輕力壯所得的子嗣，※
　　有如勇士手中的箭矢；
裝滿箭囊的人，確實有福，※
城門之前與敵相爭，決不受辱。

聖詠禱詞

天主，唯獨祢播下種子，並使它生長；請幫助祢的信眾，使我們在努力建造教會時，能更信賴祢的助祐，勝於信賴我們自己的力量。阿們。

聖歌　*哥一，12-20:*

基督是萬物的長子，
是首先從死者中復活的。

對經三

復活期外：
基督是萬物的長子，祂在萬有中高居首位。

十二月十七～二三：
上主的神臨於我身，派遣我向貧苦人傳報喜訊。

復活期：
萬有都出自祂，依靠祂，並且歸於祂。願光榮歸於祂，直到永遠，阿肋路亞。

感謝天父，使我們在光明中，※
堪享聖徒的福分。

祂救我們脫離了黑暗的權勢， ※
把我們徙置到祂愛子的國土。
在祂愛子內， 我們得到了救贖， ※
獲得了罪赦。
祂是看不見的天主的肖像， ※
是萬物的長子。
因為上天下地的一切，
無論有形與無形， +
上座者或宰制者， 率領者， 或掌權者， ※
都是藉祂而創造的。
一切都藉著祂， 並為了祂而受造， +
祂在萬有之先就已存在， ※
萬有都賴祂而各得其所。
祂是教會的頭， 也就是祂身體的頭， +
祂是原始， 是首先從死者中復活的， ※
使祂在萬有之中高居首位；
因為天主樂意使整個
圓滿住在祂內， ※
並藉著祂在十字架傾流的血，
建立了和平。
使人間和天上的一切， ※
都與天主重歸於好。

短讀經 *弗三，20-21*

願光榮歸於天主， 祂能以在我們身上所發揮的德能， 成就一切， 遠超過我們所求所想的。 願祂在教會內， 藉著耶穌基督獲享光榮， 至於萬世萬代。 阿們。

對答詠

領： 上主， 求祢救助我， 求祢憐憫我。
答： 上主…
領： 不要把我的靈魂與罪人一同拋棄。
答： 求祢憐憫我。
領： 願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
起初如何， 今日亦然， 直到永遠。
答： 上主…

謝主曲對經：

全能者給我作了奇事， 祂的名號何其神聖。

禱詞

天主派遣自己的聖子作祂子民的救主和模範。我們現在謙恭地呼求祂：

　上主，願祢的子民都讚頌祢！

我們感謝祢，
因爲祢揀選了我們獲享救恩的初果，
— 祢召叫了我們分享
　我們的主耶穌基督的榮耀。
願所有信仰祢的人，
都能一致相信祢啓示的眞理，
— 並願他們藉著愛德彼此團結，和平相處。
宇宙萬物的造主，祢願意祢的聖子下降人間，與世人一齊出力工作。
— 求祢眷顧那以勞力血汗而謀生的工人。
也求祢眷顧那些爲服務人群而獻身的人，
— 不要讓他們因失敗或他人的過失，
　而灰心喪志。
求祢憐憫我們已亡的弟兄，
— 不要將他們交於惡魔權下。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

　仁慈的天主，求祢俯聽祢教會的禱聲，寬恕我們的過犯，使我們靠祢的寵祐忠誠地侍奉祢，并在祢的保護下，身心獲得保障。

結束詞 *見常用經文*

第三週：星期四

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：

請大家前來朝拜上主，因為祂是我們的天主。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨　禱

讚美詩

1. 黑夜遁去，旭日東升，
   人心不安，羞愧又懺悔，
   誰能作姦犯科，光天化日中？
2. 盲目與無知，使人常誤入歧途；
   光明帶來寧靜，使心靈玉潔冰清；
   口不出奸詐，心離黑暗向光明。
3. 願今日平安寧靜，上主常護祐，
   口舌保純潔，雙目雙手不放縱；
   心身不受邪惡污染，生活磊落光明。
4. 觀察人心的上主，從日出到日落，
   日以繼夜，不離我們左右。
   光榮歸於父子及聖神，
   慈光普照，世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 *八六：耶路撒冷是萬民之母*

「天上的耶路撒冷是自由的，她就是我們的母親。」（迦四，26）

對經——

復活期外：

天主之城，人們曾提及關於你的光榮事跡。

十二月十七～二三：

上主，我心仰望祢；上主，我只投奔祢，求祢快來拯救我。

復活期：

我們要載歌載舞；天主之城耶路撒冷，我們的生命之泉，喜樂之源都在你那裏，阿肋路亞。

熙雍的基礎建於聖山，＋
上主喜愛熙雍的門庭，※
勝過雅格所有的帳棚。

天主之城，請聽，※
人們曾提及你的光榮事跡：
我要將埃及和巴比倫，※
列入認識我的人中；
斐力斯、提洛、以及雇斯人，※
都在那裏出生。
提到熙雍，她要被尊稱爲母親，+
因爲人人都在她那裏誕生，※
至高者要親自使她堅定。
上主要在萬民戶籍簿上登記：※
「這些人都是在那裏出生」。
人們結隊，歌舞高唱：※
「祢是我們的生命之源，我們的家鄉。」

聖詠禱詞

上主，祢的聖子曾爲耶路撒冷的命運而流淚。祂在磐石上建立了一座聖城—就是祂的教會信者之母。感謝祢藉著教會帶給我們新生命；求祢使我們保持這新生命，恩賜所有的人再生的聖寵，和心靈的自由。阿們。

聖歌 *依四零，10-17:*

善牧是至高者、大智的天主

「我快要來，要隨身帶來酬報。」（默二二，12)

對經二

復活期外：
上主將帶著大能降臨，隨身帶來獎品。

十二月十七～二三：
上主，求祢報答那些期待祢的人，使祢的先知們都忠貞不渝。

復活期：
祂必像牧羊人把羔羊聚在一起，甚至抱在懷中，阿肋路亞。

我主上主將帶著大能降臨，※
祂掌握統治一切的大權。
看哪！祂隨身帶來獎品，※
賞報在祂面前。

祂好像牧人，牧放羊群，+
以手臂聚集羔羊，抱在懷中；※
引導懷胎的母羊。
　　誰曾用手心量過海水？※
　　用手掌測過蒼天？
誰曾用升斗衡量過地上的塵土，+
用秤稱過山嶺，※
用天平衡量過丘陵的重量？
　　有誰知曉上主的心思，※
　　或作過祂的參謀，開導過祂？
祂曾向誰討過主意，向他領教，※
教給祂正義的道路？
　　有誰授與祂知識，※
　　指給祂明智的途徑？
萬民就像桶裏的一滴水，+
天平上的一粒細沙；※
島嶼也只是一撮塵土。
　　黎巴嫩的叢林，不足以充作祭薪，※
　　所有禽獸，不足以獻作全燔祭品。
萬民在祂面前等於烏有，※
在祂看來，也純屬子虛。

聖詠 九八：

上主我們的天主神聖無比

「祢凌駕革魯賓之上，當祢取了我們的形體時，改變了大地的惡劣處境。」（聖達修）

對經三

復活期外：
你們要頌揚上主、我們的天主，在祂的聖山前俯首朝拜。

十二月十七～二三：
上主，求祢聊亦迴目，快來惠顧祢的僕人，請勿遲延。

復活期：
上主在熙雍，偉大堂皇；尊貴崇高，統治萬邦，阿肋路亞。

上主為王，萬民膽戰心驚，※
祂在革魯賓之上登極，大地震動。

上主在熙雍，偉大堂皇，※
尊貴崇高，統治萬邦。
願他們讚美祢的大名，※
可敬可畏，至尊至聖。
祢是愛好正義的大能君王，+
祢制定了公正的法律，※
在雅格家執行了審判、主持正義。
你們要頌揚上主，我們的天主，+
在祂的腳凳前俯首朝拜，※
祂是我們的天主，神聖無比。
梅瑟和亞郎是祂的祭司，※
撒慕爾呼求祂的名字。
他們呼求上主，上主立刻俯聽，※
祂從雲柱中，向他們講話。
他們遵守了祂的誡命，※
和頒佈給他們的法令。
上主、我們的天主，祢俯聽了他們，+
天主，祢憐憫了他們，※
但是祢也懲罰了他們的惡行。
你們要頌揚上主，我們的天主，+
在祢的聖山前，俯首朝拜，※
上主，我們的天主，神聖無比。

聖詠禱詞

上主，祢是聖德的根源，求祢堅強教會的司祭，使他們忠於聖召，以祢的聖言光照他們；藉祢聖子的寶血聖化他們，引導普世萬民進入祢永恒的光輝中。阿們。

短讀經 *伯前四，10-11*

你們都應依照自己所領受的神恩，彼此服務，做天主各種恩寵的好管理員。講道的，要按天主的話講；服務的，要本著天主所賜的力量服務，使天主在一切事上，都因耶穌基督而受光榮。

對答詠

領：上主，我全心呼求祢，求祢俯聽。
答：上主…
領：我要遵守祢的誡命。
答：求祢俯聽。

領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
　　　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
答：　上主…

讀主曲對經：

我們要言行聖善事奉上主，　祂必拯救我們擺脫敵手。

禱詞

天主聖父常以無比的愛心引導和照顧我們；　我們要感謝祂，　歡欣地呼求祂：
　上主，　願光榮永遠歸於祢。

至寬仁的父，　祢對我們的慈愛遠比山高、水深，　我們讚美祢，
— 因爲祢神奇地創造了我們，　更神奇地改造了我們。　在這一天的開始，　求祢激發我們的心靈，　使我們今天能熱誠地侍奉祢，
— 使我們以言以行常常讚頌祢。
求祢洗淨我們心中的一切邪念，
— 使我們常注意遵行祢的聖意。
求祢使我們對弟兄們的急需，
能慷慨援助，
— 好讓他們能分享我們的兄弟之愛。

我們的天父，　願祢的名受顯揚；　願祢的國來臨；　願祢的旨意奉行在人間，　如同在天上；　求祢今天賞給我們日用的食糧；　求祢寬恕我們的罪過，　如同我們寬恕別人一樣；　不要讓我們陷於誘惑，　但救我們免於凶惡。

結束禱詞

　全能永生的天主，　祢以東方升起的曙光
— 我們的主耶穌基督，　從高天照耀我們；
求祢也照耀那些坐在死亡陰影中的人們。

結束詞　*見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 大能的天主，　祢造生萬物，
　魚族水中游，　鳥類飛翔在天空，
　各歸其所，　各顯其能。

2. 求祢普施宏恩，滌除僕人的罪污，
使我們不再失足，免遭喪亡的悲痛；
上主，我們的天主，
我們向祢哀禱歌頌。
3. 慈悲的天主，求祢大力助祐，
不怕邪惡的張狂，也不自滿自足，
不因挫折而灰心喪志，
不因驕傲而失落恩寵。
4. 仁慈的天父，偕唯一聖子，
施慰的聖神，統治大地乾坤，
同享尊威與光榮，世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一三一：

天主給達味宗室的恩許

「上主天主要把耶穌祖先達味的御座賜給祂。」（路一，32）

壹

對經一

復活期外：
上主，願祢的聖民踴躍歡欣，進入祢的住所。

十二月十七～二三：
上主，我心仰望祢；上主，我只投靠祢，求祢快來拯救我。

復活期：
上主天主把耶穌祖先達味的王座賜給了祂，阿肋路亞。

上主，求祢懷念達味，※
和他的一切勞瘁。
因為他曾向上主發誓，※
向雅格的大能者許願：
除非我為上主找到居處，※
為雅格的大能者，準備好帳幕，
我決不進入我的房屋，※
也決不登上床鋪，
我決不闔眼，※
也不睡眠。

我們聽說約櫃在厄弗辣， ※
就在雅爾平原找到了它。
「 讓我們進入祂的住宅， ※
在祂腳前俯首叩拜。 」
上主， 祢和祢威能的約櫃， ※
請起來， 駕臨祢安居之所。
願祢的祭司身披正義， ※
願祢的聖民踴躍歡喜。
為了祢的僕人達味， ※
莫將祢的受傅者拋棄。

貳

對經二

復活期外：
上主揀選了熙雍做祂的王宮。

十二月十七～二三：
上主， 求祢報答那些期待祢的人， 使祢的先知們都忠貞不渝。

復活期：
耶穌基督是唯一大能者， 萬王之王， 眾主之主， 阿肋路亞。

上主向達味起了誓， ※
決不會將誓言收回：
「 我要使你的兒子， ※
繼承你的王位。 」
你的子孫若遵守我的誓約和典章， ※
他們的子孫也必世代為王，
上主揀選了熙雍， ※
作為自己的王宮：
「 這是我永久安息之處， ※
我願意在這裏居住。
我要賞賜城中食糧充裕， ※
窮人都得飽飫，
祭司蒙受救恩， ※
聖民踴躍歡欣。
我要在這裏為達味興起一位後裔， ※
受傅者前明燈常燃， 王位永垂弗替。
我要使他的仇敵備嘗羞辱， ※
使他頭上的冠冕光耀奪目。 」

聖詠禱詞

上主，祢選擇了教會做祢永久的居處，並且把祢的惟一聖子賜給它做爲永遠的光明；求祢使我們的心做爲祢憩息的所在，給祢的祭司們披上正義的外衣；給祢的子民穿上聖潔的美服。阿們。

聖歌 *默一一，17-18；一二，10-12:*

天主的審判

對經三

復活期外：

上主，萬民將一同前來，向祢叩拜。

十二月十七～二三：

上主，求祢聊亦迴目，快來惠顧祢的僕人，請勿遲疑。

復活期：

上主，誰能像祢那樣神聖尊威，阿肋路亞。

今昔永存的上主，全能的天主！＋
我們感謝祢，※
因爲祢掌握大權，統治乾坤。
　　異民憤憤不平，※
　　祢的震怒隨即來到。
那時祢也審判死者，＋
對祢的僕人、先知、聖徒，※
以及敬畏祢名的，無論尊卑，一律酬庸。
　　現在我們的天主已完成救恩，
　　彰顯威能，建立神國，※
　　祂的受傅者基督已擁有權威；
日夜在天主面前的控訴者，※
那誣告我們弟兄的，已從天上被摔下。
　　他們靠自己的證言和羔羊的血，
　　戰勝了惡魔，※
　　他們寧願殺身成仁，捨生取義。
爲此，高天和天上的聖民，※
請你們鼓舞歡欣。

短讀經 *伯前三，8-9*

你們大家都要同心合意，同甘共苦，友愛如弟兄，慈悲爲懷，謙虛溫和；總不要

以惡報惡，以罵還罵；反而要祝福，因為你們蒙召，就是為了承受主的降福。

對答詠

領：上主要以上等的麥麵養育選民。
答：上主…
領：用石縫中流出的野蜜飽飫我們。
答：養育選民。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經：

上主從高座上推下權貴，卻提拔了弱小卑微。

禱詞

基督是祂子民的牧者，保護者和安慰者。
我們現在以虔誠的心懇求祂：
主，我們的避難所，求祢俯聽我們。
主，祢召叫了我們進入祢的聖教會，
我們感謝祢，
— 求祢保祐我們，
使我們常常忠於祢的教會。
祢曾把照顧全世教會的責任，
交託給我們的教宗，
— 求祢賞賜他堅強的信德，
活潑的望德和熱切的愛德。
求祢賞賜罪人回頭改過，
使失足跌倒的人能再站起來，
— 使所有的人，都能改過自新，獲得救恩。
祢曾寄居異地，度過流亡的生活，
— 求祢記得那些離鄉背井，居無定所的人。
求祢也記念那些曾仰望祢的亡者，
— 賞賜他們永遠的安息。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，在這一天快要結束的時刻，我們感謝祢的照顧；并求祢以無限仁慈，寬恕我們因人性脆弱所造成的種種過錯。

結束詞 *見常用經文*

第三週：星期五

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請大家讚美天主，因為祂的慈愛永遠常存。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 基督，祢是聖父的獨子，
聖潔童貞的愛兒；
祢是天上的榮光，人間衆生的希望；
2. 求祢支持我們，恩賜力量，
滿懷虔敬和興奮，向祢讚頌歌唱。
3. 曉星升起，迎接朝日的光芒，
黑暗已逝，得見基督的聖光。
4. 但願正義的太陽，照在我們身上，
照亮我們的心胸，黑暗不再狂妄。
5. 信德在心中生根，望德使生活振作，
愛德光芒四射，日益茁壯。
6. 基督，大慈大悲的君王，偕聖父及聖神，
同享榮光，萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 *五零：天主，求祢憐憫我*

「你們應在心思念慮上煥然一新，穿上新人。」

（弗四，23-24）

對經一

復活期外：

上主，我唯獨得罪了祢，求祢憐憫我。

十二月十七～二三：
將要為王的那一位，要從熙雍而來：祂是主，厄瑪努爾是祂偉大的名號。

復活期：
上主，求祢洗淨我的過犯，阿肋路亞。

天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我，※
祢有豐富的慈愛，求祢消滅我的罪惡。
求祢洗淨我的罪犯，※
消除我的罪愆。
因爲我認清了我的罪過，※
我的罪惡常在我的眼前。
我得罪了祢，唯獨得罪了祢，※
我在祢面前做了惡事；
因此，祢在判決時，顯示了祢的正義，※
祢在斷案時，表現了祢的公平。
的確，我在罪惡中出生，※
我的母親在罪惡中懷孕了我。
是的，祢喜愛內心的眞誠，※
求祢使我的心靈充滿智慧。
求祢洗滌我，使我潔淨，※
洗滌我，使我潔白，白於雪。
求祢使我聽到愉快的歌聲而喜樂，※
使祢所折斷的骨骼再度雀躍。
求祢轉面不要看我的罪過，※
消除我的一切邪惡。
天主！求祢給我再造一顆純潔的心，※
在我五內注入堅強的精神。
求祢不要驅逐我、疏遠我，※
不要從我的身上剝奪祢的聖神。
求祢再賜我得救的喜樂，※
以慷慨的精神扶持我。
我要引導惡人走上祢的道路，※
罪人也要歸依祢。
天主，我的救主，求祢豁免我的血債，※
我的口舌必要宣揚祢的公義。
上主，求祢開啓我的唇舌，※
我要親口讚頌祢。
因爲祢並不喜歡祭獻，※
我獻全燔祭，祢也不會悅納。

天主，我的祭獻，
就是痛悔的精神，※
祢決不輕視一顆痛悔和謙卑的赤心。
上主，求祢對熙雍廣施慈愛，※
為耶路撒冷重建城垣；
祢必悅納合宜的犧牲，
祭品和燔祭，※
那時，
人們將把牛犢呈獻在祢的祭壇上。

聖詠禱詞

仁慈的天主，祢為了使我們都像祢一樣的聖善，曾使不認識罪的聖子身負重罪。求祢看我們虔誠的懺悔，寬恕我們的罪過，使我們在聖神內，在萬民面前、讚美祢，歌頌祢的榮耀。阿們。

聖歌 *耶一一四，17-21:*

饑荒和戰爭中的哀歎

「天主的國臨近了，你們悔改，信從福音吧！」

（谷一，15）

對經二

復活期外：

上主，我們向祢認罪，我們實在得罪了祢。

十二月十七～二三：

你們要貫徹始終，便會看到上主賜與你們的救援。

復活期：

基督在十字架上親身承擔了我們的罪過，阿肋路亞。

願我的眼淚直流，晝夜不息，※
因為我的民族遭受嚴重的摧殘和打擊；
我走到田野，
便看到死於刀下的屍體，※
進入城中，就看見忍饑受餓的群眾。
先知和祭司也都流亡，※
紛紛逃往陌生的地方。
難道祢決意拋棄猶大，※
或者祢真心厭惡熙雍？

為什麼祢打擊我們， ※
致使我們無法醫治？
　　我們原指望和平， 卻不見好轉， ※
　　希望醫治的時日， 卻只有恐怖。
上主， 我們向祢認罪， +
也承認祖先的過犯， ※
我們實在得罪了祢。
　　願祢為了祢的聖名，
　　不要嫌棄我們， ※
　　不要玷污祢光榮的御座！
求祢記憶， ※
不要廢除祢與我們訂立的盟約。

聖詠九九： 進入聖殿者的喜樂

「上主命得救的人高唱凱歌。」（聖達修）

對經三

復活期外：

上主是天主， 我們是祂的人民， 是祂牧場的羊群。

十二月十七～二三：

至於我， 我要仰賴上主， 寄望於我的救主天主。

復活期：

要載歌載舞地到上主面前， 阿肋路亞。

普世大地， 請向上主歡呼， +
興高彩烈地事奉上主， ※
到祂面前時， 載歌載舞。
　　要知道， 唯有上主是天主， ※
　　祂創造了我們， 我們屬於祂。
我們是祂的子民， ※
是祂牧場的羊群。
　　你們要進入祂的門庭， 報謝主恩， +
　　高唱讚美詩進入祂的庭院， ※
　　稱謝祂， 讚美祂的聖名。
的確， 上主溫良慈善， +
祂的慈愛直到永遠， ※
祂的信實， 世世綿延。

聖詠禱詞

慈悲慷慨的聖父，祢的愛促使祢創造我們，使我們成為祢的子民，我們感謝祢，懇求祢，使我們永遠歌頌祢、讚美祢。阿們。

短讀經 *格後一二，9-10*

我寧願誇耀我的軟弱，好讓基督的能力常在我身上。因此，我為基督的緣故，樂於忍受各種軟弱、艱難、迫害和困苦，因為我軟弱的時候，正是我剛強的時候。

對答詠

領：求祢使我早晨得聞祢的仁慈。
答：求祢…
領：因為我全心仰賴祢。
答：得聞祢的仁慈。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：求祢…

讀主曲對經：

上主眷顧、救贖了自己的民族。

禱詞

基督為了我們而誕生在世，死而復活。我們現在舉目仰望祂，虔敬地祈求祂：

主，求祢拯救祢用寶血所贖回的人。

人類的救主、耶穌！祢曾毫不遲疑地為我們受苦受難，受十字架的苦刑，並以祢的寶血贖回了我們。
— 我們感謝祢，讚美祢。

祢曾答應，
要把湧入永生的活水賜給我們，
— 求祢把祢的聖神賜給萬民。

祢派遣了門徒向普世宣講福音，
— 求祢輔助他們，擴展祢十字架的勝利。

祢願意病弱和受苦的人，
共同背負祢的十字架，
— 求祢賞賜他們毅力和忍耐。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天

上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

全能的父，求祢以真光照耀我們，使我們遵循祢誡命的道路，常常追隨祢—我們的領袖、和導師。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 創造人類的天主，只有祢能治理宇宙，
   造生萬物，讓大地遍佈走獸爬蟲；
2. 祢又賜予人類無數生物，花草樹木，
   家禽牲畜，任由人類管理取用。
3. 求祢驅逐邪惡，保祐祢的僕人，
   也使我們的生活與行動，
   永不辜負主的恩寵；
4. 求主廣施慈愛，賜喜樂，加聖祐，
   排除糾紛，大家和氣共融。
5. 仁慈的天父，偕唯一聖子及施慰的聖神，
   統治大地人類，世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一三四：讚頌行奇蹟的上主

「特選的民族，天主從黑暗中召叫你們進入光明，你們要宣揚祂的威能。」（參照伯前二，9）

壹

對經一

復活期外：

上主偉大無比，我們的天主凌駕萬神之上。

十二月十七～二三：

將要為王的那一位，要從熙雍而來；祂是主，厄瑪努爾是祂偉大的名號。

復活期：

是上主、我，把你拯救，把你贖回，阿肋路亞。

上主的眾僕人，請你們讚頌，※
讚頌上主的名。
　　侍立在上主的殿裏，※
　　在我們天主庭院中的人們，
請讚揚上主，因爲祂至善至美，※
歌頌祂的名，因爲祂可親可愛。
　　上主原爲自己揀選了雅格，※
　　將以色列歸爲己有。
我知道上主偉大無比，※
我們的天主凌駕萬神之上。
　　在天上、地下、海洋的深處，※
　　上主隨心所欲，創造了萬物。
祂使烏雲由地極升起，+
使閃電挾著雷雨，※
使輕風從天庫吹出。
　　祂將埃及的首生者殺盡，※
　　不論是人或牲畜。
埃及，上主在你境內行了奇蹟、異能，※
懲罰了法郎和他的所有臣民。
　　祂擊敗了列邦，※
　　殺死了強悍的國王：
阿摩黎王息宏，巴珊的敖格王，※
和迦南的所有酋長。
　　祂將他們的土地賞給以色列，※
　　作爲祂選民的基業。

貳

對經二

復活期外：

以色列家族，請讚揚上主，歌頌祂的名，因為祂可親可愛。

十二月十七～二三：

你們要貫徹始終，便會看到上主賜與你們的救援。

復活期：

達味的王國已經建立， 願上主受頌讚， 阿肋路亞。

上主， 祢的聖名永受頌揚， ※
祢的令譽萬古流芳。
　　因爲上主必爲祂的子民伸冤， ※
　　對祂的僕人必將垂憐。
異民的偶像是金銀， ※
是人手塑造的物品。
　　有口不能言， ※
　　有目不能視。
有耳不能聆聽， ※
有口不能呼吸。
　　鑄造偶像的人， 與偶像無異， ※
　　供奉偶像的人， 與偶像類似。
以色列家族， 請讚頌上主， ※
亞郎的家族， 請讚頌上主。
　　肋未的家族， 請讚頌上主， ※
　　敬畏上主的， 請讚頌上主。
願住在耶路撒冷的上主， ※
由熙雍接受讚頌。

聖詠禱詞

天主， 祢選擇了以色列做祢的子民， 求祢以祢聖子耶穌基督的印記、 做爲祢新子民的標記。 願祂在祢的教會內常被人懷念， 歷久不衰。 阿們。

聖歌 ***默一五, 3-4: 崇敬上主的讚美詩***

對經三

復活期外：

上主， 萬民都要前來朝拜祢。

十二月十七～二三：

至於我， 我要仰賴上主， 寄望於我的救主天主。

復活期：

我們要向上主謳歌， 因為祂獲得了偉大的勝利， 阿肋路亞。

上主，全能的天主，※
祢的作為何等偉大奇妙！
萬世的君王，※
祢的道路多麼公平真實！
上主，誰敢不敬畏祢？※
誰敢不稱揚祢的名號？
因為只有祢是聖善的，+
萬民都要前來朝拜祢，※
因為祢彰顯了祢的正義。

短讀經 雅一，2-4

我的弟兄們，你們若遇到各種試探，都要引以為樂。因為你們知道，你們的信德受過考驗，才生出堅忍，而且你們要忍耐到底，才能使你們完美無缺。

對答詠

領：基督愛了我們，
用自己的血洗滌了我們。
答：基督…
領：使我們成為天國的子民和祭司。
答：用自己的血洗滌了我們。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：基督…

謝主曲對經：

上主念及自己的仁慈，扶助了我們一祂的僕人。

禱詞

天主父為了我們的過犯，犧牲了主耶穌；為了我們的成義，又使祂復活。我們現在向主耶穌懇切祈求：

主，求祢憐憫祢的子民。

主，求祢俯聽哀告者的祈禱，
寬恕認罪者的罪過，
— 求祢也寬恕我們，賜我們平安。
主，祢藉使徒的口說過：「那裏罪惡越多，恩寵在那裏也就越豐富。」
— 求祢大發慈悲，寬恕我們的眾多罪過。

主，我們固然犯罪多端，
但我們明認祢無限的仁慈，
— 求祢使我們回心轉意，
　我們必能回頭改過。
主，求祢拯救祢的子民脫離罪惡，
— 使他們常隨從祢的旨意。
祢給那明認祢為救主的右盜
敞開了天國之門，
— 求祢不要把亡者關在天門之外。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

主，聖父，祢派遣了祢的唯一子為人受苦受難，作為我們得救的贖價；求祢使我們在日常生活中，甘願分擔祂的苦難，來日在天上、也能與祂分享復活的光榮。

結束詞 *見常用經文*

第三週：星期六

序　經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
大地和地上的萬物屬於上主，請大家前來朝拜。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨　禱

讚美詩

1. 黎明初現，白晝開始，
　誘惑遠去，光明在望。
2. 夜的陰影消逝，失足跌倒的人，
　快速振作奮起，懇求上主原諒。

3. 在這一週最末的清晨，我們虔恭讚頌，
早日脫離黑暗的威脅，
進入上主的光芒。
4. 光榮歸於父，及唯一聖子，
施慰的聖神，萬世無疆。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一八，145-152 (九)

對經一

復活期外：
上主，祢就在我身邊，祢的一切誡命都是真理。

十二月十七～二三：
天主將要從黎巴嫩前來，祂的光芒燦爛輝煌。

復活期：
我對你們說的話，就是神，就是生命，阿肋路亞。

上主，我全心呼求祢，求祢俯聽，※
我要遵守祢的誡命。
　　我呼求祢，求祢救助，※
　　使我遵守祢的法度。
天亮以前，我就起來哀禱，※
切望聆聽祢的聖道。
　　我徹夜醒寤不眠，※
　　默思祢的訓言。
上主，祢是仁慈的，請俯聽我的呼聲，※
祢是正義的，求賜我新的生命。
　　惡意迫害我的人，已經臨近，※
　　他們都遠離了祢的教訓。
上主，祢就在我身邊，※
祢的誡命都是眞理。
　　我早已熟悉祢的法律，※
　　是祢所制訂，千古不變。

聖詠禱詞

上主，求祢諦聽祢教會的禱聲，時刻在我們身邊；在受迫害的時候，支持我們，保護我們。阿們。

聖歌 *智九，1-6, 9-11:*

上主，求祢賜我智慧

「我要給你們口才和智慧，使你們的仇敵都不能反駁。」（路二一，15）

對經二

復活期外：
上主，願祢的智慧與我同在，與我一同工作。

十二月十七～二三：
諸天，請降下甘露，願雲彩賜下義者，願大地裂開，產生救主。

復活期：
上主，祢在祢的聖山上建築了聖殿和祭壇，阿肋路亞。

列祖的天主，仁慈的上主，※
祢一句話就創造了萬有。
以祢的智慧造成了人類，※
使他統治祢創造的萬物，
治理世界公平正直，※
審案判斷，大公無私。
求祢賜給我那在祢座前的智慧，※
不要從祢的僕人中把我剔除。
因爲我原是祢的僕人，
是祢婢女的兒子，※
我病弱壽短，不能熟悉祢的訓令和法律。
世人中縱或有一個完人，+
如果他沒有祢賦予的智慧，※
他將一文不值。
智慧與祢同在，他洞悉祢的工作，※
祢創造宇宙時，他已臨在。
他知道祢的喜好，※
明白什麼合乎祢的法律。
求祢從高天差遣智慧，※
從祢榮耀的寶座派遣智慧，
與我同在，與我一同工作，※
教我明瞭祢的喜好。

因為他知悉一切，通達一切，+
能引導我慎重行事，※
以他的能力保護我安全。

聖詠一一六：讚美憐憫人的上主

「我是說…使外邦人也能光榮慈悲的天主。」

（羅一五，8, 9）

對經三

復活期外：

上主的真誠永世常存。

十二月十七～二三：

以色列，你要準備好，前去迎接上主，因為祂就要來到。

復活期：

我是道路、真理和生命，阿肋路亞。

萬國啊！請讚美上主，※
萬民哪！請歌頌上主。
因為上主對我們慈悲無量，※
祂的眞誠，永世常存。

聖詠禱詞

上主，我們的慈父，求祢使普世萬民都團結在祢的教會中，使我們一心一意，以各種言語讚美祢、稱頌祢。阿們。

短讀經　*斐二，14-15*

你們作任何事情，總不可抱怨，也不可爭論，使你們無可指摘，而又純潔，在乖謬敗壞的世代中，做天主無瑕的子女；在世人中，你們應該大放光明，有如天空的星辰。

對答詠

領：上主，我向祢呼號，
　　祢是我的避難所。
答：上主…
領：在這人世間，祢是我的福分。
答：祢是我的避難所。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

讚主曲對經：

上主，求祢光照那坐在黑暗中、死影下的的人群。

禱詞

天主從永遠就簡選了瑪利亞作基督的母親，使她超越天上地下的一切受造物。我們現在懷著依恃之心呼求天主：

　　上主，求祢垂顧祢聖子的母親，

　　並俯聽我們。

至仁慈的天父，我們感謝祢，因為祢將瑪利亞也給了我們，作我們的母親和模範，

— 求祢因她的轉求，聖化我們的心靈。

祢曾使瑪利亞為祢的聖言熱誠服務，

成為祢忠實的婢女，

— 求祢使我們也成為祢聖子的忠僕與門徒。

祢曾使瑪利亞堅強地侍立十字架旁，

並以祢聖子的復活使她滿懷喜樂，

— 求祢因她的轉求，減輕我們的苦難，

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

　　天主，祢是人類得救的根源；求祢賞賜我們，能畢生宣揚祢的榮耀，將來在天上也能與諸聖不停地讚頌祢。

結束詞　*見常用經文*

第四週：主日

第一晚禱

領：天主，求祢快來拯救我。
願光榮歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩

1. 上主，全能的天主，萬有的根源，
祢創造了一切，大地充滿祢的恩典；
2. 創造的大功告成時，祢宣佈安息，
使我們在勞苦中，心神輕鬆喜歡。
3. 求祢沛降福祐，助我懺悔一生的罪過，
進德修業，勇往直前。
4. 當最後審判來臨時，不憂不懼，
大家齊歡欣，享受永遠的平安。
5. 大慈大悲的聖父，與父同體的聖子，
施慰者聖神，請垂聽我們的呼喚。
6. 萬民臣服，榮耀不衰，
君臨天下，直到永遠。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一二一：*耶路撒冷聖城*

「你們走進了熙雍山和永生天主之城，天上的耶路撒冷。」（若一二，22）

對經一

常年期：
你們要為耶路撒冷祈求太平。

將臨期：
請看，萬民所仰望的那一位，就要來到，上主的殿宇將充滿光榮，阿肋路亞。

四旬期：
我們要歡欣踴躍地進入上主的聖殿。

復活期：
願基督的平安在你們心中作主，阿肋路亞。

我真高興，因爲有人對我說：※
「我們要進入上主的聖殿！」
耶路撒冷！我們的腳，※
已經進入祢的門限。

耶路撒冷的確是一座京城，※
有雄偉的建築，整齊的市容。
各支派，
上主的各支派都湧向城中，※
按照以色列的慣例，稱頌上主的名。
這裏設有審判的寶座，※
就是達味宗室的寶座。
請為耶路撒冷祈求太平；※
願那喜愛你的人獲享安寧。
願你的城垣內永享和平，※
願你的保壘中常保安全。
為了我的弟兄和同伴，※
我要祝禱說：「願平安常在你中間。」
為了上主我們天主的殿宇，※
我要祝福你萬事如意。

聖詠禱詞

從死者中復活的主、耶穌基督，祢建立了教會，並在聖神內增強了它的力量。求祢指引萬民歸向它，使普世萬眾同心讚美祢。阿們。

聖詠一二九：*我從深淵呼救*

「祂要把自己的子民，從罪惡中拯救出來。」

對經二

常年期：
我的心靈期待上主，勝於更夫待旦。

將臨期：
上主，求祢快來，不要延遲；赦免祢子民以色列的罪惡。

四旬期：
熟睡的人哪，清醒吧！快從死者中起來，基督就要賜給你光明的日子。

復活期：
祢用祢的血把我們贖回，交與天主，阿肋路亞。

上主，我從深淵呼求祢，+
我主，求祢俯聽我的哀告，※
側耳諦聽我的祈禱。

上主，祢若細察人的罪辜， ※
我主，又有誰還能站得住？
然而祢一向寬恕為懷， ※
我們對祢起敬起愛；
我在期待，我的心靈期待上主， ※
期待上主的諾言。
我的心靈期待上主，勝於更夫待旦， ※
遠勝巡夜的人等待曙光出現。
以色列，你要仰賴上主， ※
因為上主慈悲為懷，樂於救贖。
祂必拯救以色列， ※
脫離一切罪惡。

聖詠禱詞

天主，祢是生命和力量，祢是聖子攝取人性，屈尊就卑；祢藉此親近我們罪人，把我們從罪惡的深淵中救拔出來。請堅強祢教會的力量，使它全心信賴祢的諾言，期待著祢的救恩。阿們。

聖歌 *斐二, 6-11: 論基督，上主的僕人*

對經三

常年期：
天上人間一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。

將臨期：
請看，期限已滿，天主就派遣祂的兒子來到世界。

四旬期：
天主對我們的愛深厚無比：我們雖因罪過而死，祂仍然使我們與基督一同生活。

復活期：
基督不是應該先受苦，然後進入祂的光榮嗎？阿肋路亞。

耶穌基督雖具有天主的形體， ※
卻沒有將自己與天主同等的地位，
把持不捨。
反而空虛自己，取了奴僕的形體， ※
降生成人，與人相似。

形態上完全與人一樣， ※
祂自謙自卑， 服從至死，
且死在十字架上。
　　因此， 天主高高舉揚了祂， ※
　　賜給祂一個名號， 超越一切名號。
使天上、 人間和地下的一切， ※
一聽耶穌的名號， 都屈膝叩拜。
　　眾口同聲都明認耶穌基督爲主， ※
　　以光榮天主聖父。

短讀經 *伯後一，19-20*

我們認爲先知的話是更確實的， 你們要十分注意。 它好似一盞明燈在暗處發光， 直到天亮， 晨星在你們心中昇起時爲止。 最重要的是你們應當知道： 經上的一切預言， 決不該隨個人的私意解釋， 因爲預言從來不是由人的意願而發的， 乃是由天主所派遣的聖人， 在聖神推動下說出來的。

對答詠

領： 從旭日東升到夕陽西墜，
　　　願上主的聖名受讚美。
答： 從旭日…
領： 祂的光榮凌駕穹蒼。
答： 願上主的聖名受讚美。
領： 願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
　　　起初如何， 今日亦然， 直到永遠。
答： 從旭日…

謝主曲對經 *見季節專用經文*

禱詞

基督是眾人的依靠， 也是我們幸福的泉源， 我們現在懇求祂：
　主， 求祢垂顧我們， 俯聽我們。
忠實的見證， 死者中的首生者，
祢傾流聖血洗淨了我們的罪過。
— 求祢使我們時時紀念祢的奇蹟異能。
祢曾召叫了某些人做傳佈祢福音的使者。
— 求祢使他們熱心忠實地宣揚祢的福音，
　分施祢的救恩。
和平之王，
願祢的聖神降臨在祢子民的牧者們身上，

— 使他們特別關注貧苦可憐的人。
求祢眷顧那些由於種族、膚色、身分、
語言或宗教的差異而受到歧視的人，
— 使他們的人格和應享的權利受到尊重。
求祢使那些生活在祢聖愛中而去世的人，
都能進入天國，
— 使他們偕同童貞聖母瑪利亞，
和眾聖人聖女分享祢的眞福。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見季節專用經文*

結束詞 *見常用經文*

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
我們是上主的子民，是祂牧場的羊群，請大家前來朝拜。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 夜的陰影已經消逝，曙光開始照耀大地，
讓我們齊心協力，虔恭致敬，
歌頌全能的上主。
2. 求主大發慈悲，驅除焦慮不安，
賞賜救恩與所需，願慈父的照顧，
永不撤除。
3. 天地眞神，俯允我們的祈求，
聖父聖子聖神，天涯地角，同享榮福。
阿們。

聖詠吟唱

聖詠一一七：歡樂和得救的歌聲

「這耶穌就是為你們匠人所棄而不用的廢石，反而成了屋角的基石。」（宗四，11）

對經一

常年期：
請你們頌謝上主，因為祂的慈愛永遠常存，阿肋路亞。

將臨期：
請你們在熙雍吹起號角，因為上主的日子近了；請看，祂就要來拯救我們，阿肋路亞。

四旬期：
祢是我的天主，我稱謝祢；祢是我的天主，我頌揚祢。

復活期：
我不至於死，我要生存，我要宣揚上主的功德，阿肋路亞。

請你們頌謝上主，因為祂美善寬仁，※
祂的慈愛永遠常存。
　　願以色列子民說：※
　　上主的慈愛永遠常存。
願亞郎的家族說：※
上主的慈愛永遠常存。
　　願敬畏上主的人說：※
　　上主的慈愛永遠常存。
我在急難中呼求上主，※
祂俯聽了我，將我救出。
　　上主在我身邊，作我的助祐，※
　　世人對我又能如何？
上主在我身邊，作我的助祐，※
我必見到我的仇人蒙羞。
　　投奔上主，※
　　勝過依賴世人。
投奔上主，※
勝過依賴權貴。
　　縱然萬民都來圍困我，※
　　我必能以上主的名把他們消滅。

縱然他們由四方來圍困我，　※
我也必能以上主的名把他們消滅。
縱然他們猶如黃蜂一般的圍困我，+
好似荊棘中焚燒的烈火，　※
我也必能以上主的名把他們消滅。
雖然他們用力推我，　想把我推倒，　※
但是上主必前來扶持我。
上主是我的力量，　我的歌詠，　※
上主是我的救主。
在義人居住的帳幕中，　※
響起了勝利的歡呼聲：
上主的右手獲得了勝利，+
上主的右手把我高高舉起，　※
上主的右手獲得了勝利。
我不至於死，　我要生存，　※
我要宣揚上主的作為。
上主懲罰我嚴厲非常，　※
但沒有把我交於死亡。
請給我敞開正義之門，　※
我要進去向上主謝恩。
正義之門屬於上主，　※
只有義人才能進入。
我稱謝祢，　因為祢俯允了我，　※
並將祢的救恩賜給了我。
匠人棄而不用的廢石，　※
反而成了屋角的基石。
這是上主的作為，　※
在我們眼中神奇莫測。
這是上主選定的一天，　※
我們要歡欣鼓舞。
上主，　求祢救助，　※
上主，　求祢賜福。
因上主名而來的，　當受讚美，　※
我們從上主的殿內向你們祝福。
上主是天主，　祂賜給我們光明，　※
請帶著樹枝，　向祭壇列隊前進。
祢是我的天主，　我稱謝祢，　※
祢是我的天主，　我頌揚祢。
請你們頌謝上主，　因為祂美善寬仁，　※
祂的慈愛永遠常存。

聖詠禱詞

天主，祢使復活節成為極度喜慶的一天，匠人棄而不用的廢石，竟變成了屋角的基石。求祢為各民族敞開教會之門，以祢復活的歡愉充滿人間。阿們。

聖歌 *達三，52-57:*

一切受造物都應歌頌上主

「造物主⋯ 永受讚美。」（羅一，25）

對經二

常年期：

阿肋路亞，上主的一切化工，請讚美上主，阿肋路亞。

將臨期：

上主就要來到，請前去歡迎祂說：祢的王權廣大，祢的王國萬世無疆：祢是強有力的天主，萬民的主宰，和平的君王，阿肋路亞。

四旬期：

上主，祢能從強者的手中將我們救出；我們的天主，求祢拯救我們。

復活期：

願祢光榮的聖名受讚頌，阿肋路亞。

上主，我們祖先的天主，當受頌讚，※
當受稱揚和頌讚，直到永遠。
祢光榮的聖名，當受頌讚，※
當受稱揚和頌讚，直到永遠。
祢在光榮的聖殿中，當受頌讚，※
當受稱揚和頌讚，直到永遠。
祢在祢王國的寶座上，當受頌讚，※
當受稱揚和頌讚，直到永遠。
祢坐在革魯賓之上透視深淵，
當受頌讚，※
當受稱揚和頌讚，直到永遠。
祢在穹蒼之上，當受頌讚，※
當受稱揚和頌讚，直到永遠。
上主的一切化工，請讚美上主，※
歌頌稱揚祂，直到永遠。

聖詠一五零：請你們讚美上主

「你們要以心靈詠唱，就是以身心讚頌上主。」

（何西秋）

對經三

常年期：

一切有生命的，都要讚美上主，阿肋路亞。

將臨期：

上主，祢的全能聖言，即將離開祂的寶座而降來，阿肋路亞。

四旬期：

請你們讚美上主的豐功偉業。

復活期：

請讚美我們的天主，祂的作為完美無比，祂的行徑公平正直，阿肋路亞。

請你們在上主的聖所中，讚美上主，※
在祂顯示威能的太空，讚美上主。
　　請你們讚美上主的豐功偉業，※
　　讚美上主的無限偉大。
請你們吹起號角，讚美上主，※
彈琴鼓瑟讚美上主。
　　請你們擊鼓歌舞，讚美上主，※
　　撫弦吹簫讚美上主。
請你們用響亮的鐃鈸讚美上主，※
以鏗鏘的鐃鈸讚美上主。
　　一切有生命的，※
　　都要讚美上主。

聖詠禱詞

上主，天地的創造者，祢是聖人成聖的動力，祢給與悔改的罪人成義的恩寵。求祢使我們加入祢諸聖的行列，使我們永遠讚美祢。阿們。

短讀經　*弟後二，8, 11-13*

你要牢記：達味的後裔耶穌基督從死者中復活了。以下的話是確實的：「如果我們與祂同死，也必與他同生；如果我們堅忍到底，也必與祂一同為王；如果我們不

承認祂，祂也不會承認我們；如果我們不忠信，祂仍然是信實的，因為祂不能否定自己。」

對答詠

領：天主，我們感謝祢，歌頌祢的聖名。
答：天主…
領：我們傳揚祢的奇蹟，
答：歌頌祢的聖名。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：天主…

讚主曲對經 *見季節專用經文*

禱詞

全能、慈善的天主愛護我們，知道我們需要什麼。我們現在歡欣地以讚美的詩歌，向祂敞開我們的心扉：

　上主，我們讚美祢，我們稱謝祢。

全能的天主，宇宙萬物的君王，我們讚頌祢，因為祢召選了我們這些不義的罪人，
— 使我們認識祢的真理，作祢的子女。
天主，祢為我們大開仁慈之門，
— 求祢使我們總不要偏離生命之路。
我們頌揚祢至愛聖子的復活，
— 求祢使我們在喜樂中善度這一天。
上主，
求祢把祈禱和讚頌的精神賞給祢的信眾，
— 使我們在一切事物上時時歌頌祢。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見季節專用經文*

結束詞 *見常用經文*

第二晚禱

讚美詩

1. 太陽下山，黃昏已近，
三位一體的天主，光明的光明，
照耀我們的心靈。
2. 讚美祢在早晨，讚美祢在傍晚，
我們永遠光榮祢，永遠向祢呼求，
向祢歌頌。
3. 全能的聖父，聖子及聖神，
三位一體的天主，
保祐國泰民安，俯聽我們的禱聲。
阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一零九，1-5, 7:

默西亞是君王，也是祭司

「基督必須為王，直到祂把一切仇敵屈服在祂的腳下。」（格前一五，25）

對經一

常年期：
我已經生了祢，好像在黎明前的朝露，阿肋路亞。

將臨期：
請看，即將進入世界、拯救萬民的那一位，多麼榮耀。

四旬期：
祂就是天主所立的、那位審判生者死者的法官。

復活期：
你們要追求天上的事，基督在那裏坐在天主的右邊，阿肋路亞。

上主對我主起誓說：+
「祢坐在我的右邊，※
等我使祢的仇敵，做祢的腳凳。」
上主自熙雍伸出祢的權杖，※
祢要在祢仇敵中統治為王。
在聖山上祢誕生之日，王位就屬於祢，※
我已經生了祢，好像在黎明之前的朝露。

上主發了誓，決不反悔：※
「祢按照默基瑟德的品位，
永為祭司。」
上主常在祢的右邊，※
祂在發怒之日，必要粉碎列王。
君王將在路旁暢飲溪水，※
因此，祂將挺胸抬頭。

聖詠禱詞

上主，祢派遣祢的聖子救拔了我們，祂是我們至高的祭司，永恒的君王；求祢使整個世界，從日出到日落，都奉獻祢聖子的純潔犧牲，並使天下萬國都歸向祢，成為一個神聖的子民。阿們。

聖詠 一一一：*義人的幸福*

「你們為人務要像光明之子，光明所結的各種果實就是良善、正義和誠實。」（弗五，8-9）

對經二

常年期：

慕義如飢似渴的人，是有福的，因為他們將得飽飫，阿肋路亞。

將臨期：

彎曲的道路要修直；崎嶇的幽徑要夷平；上主，請祢快來，不要遲延，阿肋路亞。

四旬期：

誠心愛主，樂善好施的人必然幸福：他永不動搖。

復活期：

黑暗中光明出現，向義人照耀，阿肋路亞。

敬畏上主的人，眞有福氣，※
酷愛祂誡命的人，眞有福氣。
他的子孫在世必會強盛，※
義人的後裔必蒙祝福。
他的家族要享榮華富貴，※
他的仁風必將萬世永垂。
黑暗中必有光明向義人照耀，※
因為他富於仁愛，慈悲和公道。

樂善好施的人必然幸福， ※
他公正無私處理事物。
　　因為義人永不動搖， ※
　　他將永遠被人懷念。
噩耗不能使他驚惶， ※
他仰賴上主， 心志堅強。
　　他必心意堅定， 無恐無憂， ※
　　直到看見他的仇敵蒙羞。
他施捨錢財， 扶弱濟貧， +
他的仁風萬世流芳， ※
他將頭角崢嶸， 受人敬仰。
　　惡人看見， 必怒火塡胸， +
　　咬牙切齒， 氣憤而終， ※
　　惡人的願望， 終成泡影。

聖詠禱詞

天主， 祢是正直人的光， 求祢幫助我們愛祢， 宣揚祢的光榮； 願我們的生活符合祢的聖意， 使我們能避免未來嚴厲的審判， 並能享見祢光輝的聖容。 阿們。

四旬期外

聖歌 *默一九，1-2: 論羔羊的婚筵*

對經三

常年期：
上主的眾僕人， 無論大小， 請讚美我們的天主， 阿肋路亞。

將臨期：
祂的王權日益強大； 祂王國的平安永無終結， 阿肋路亞。

復活期：
阿肋路亞， 願勝利、 光榮和德能都歸於我們的天主， 阿肋路亞。

阿肋路亞！
勝利、 光榮和德能都歸於我們的天主， ※
因為祂的判斷正確而又公平。
阿肋路亞！

阿肋路亞！
天主的眾僕人，
請讚美我們的天主， ※
凡敬畏祂的人， 無論大小尊卑，
請讚美我們的天主。
阿肋路亞！
阿肋路亞！
我們全能的天主上主掌握了王權， ※
我們要歡欣鼓舞， 將光榮歸於天主。
阿肋路亞！
阿肋路亞！
羔羊的婚期已經臨近， ※
祂的新娘也盛裝以待。
阿肋路亞！

四旬期

聖歌 *伯前二，21-24:*
天主之僕基督自願忍受苦難

對經三：
「基督必要受苦」，天主藉眾先知所說的這項預言已經應驗。

基督為我們忍受了痛苦，+
給你們留下了榜樣， ※
使你們能追隨祂的足跡。
祂平生從未犯罪， ※
從未口出欺人之言；
祂受辱罵， 從不還口，+
祂受虐待， 也不報復， ※
只把自己交付給那公義的審判者。
祂身懸十字木架上， ※
親自承擔了我們的罪過，
使我們死於罪惡， 而活於正義， ※
你們是因祂的創傷才獲得痊癒。

短讀經 *希一二，22-24*
你們來到了熙雍山和永生天主的城，就是天上的耶路撒冷，來到了千萬天使和那些已被登錄在天上的首生者舉行的盛會，來到了審判眾人的天主，和功德圓滿之人的靈魂面前；來到了新約的中保耶穌，以

及祂所灑的血那裏。這血所傳的信息比亞伯爾的血所傳的更美。

對答詠

領： 我們的天主至大至尊，威能無比。
答： 我們…
領： 祂的智慧不可估計。
答： 威能無比。
領： 願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答： 我們…

謝主曲對經 *見季節專用經文*

禱詞

一切美善都是由上主而來；因此，我們現在滿懷喜樂之情向祂祈禱：

上主，求祢俯聽我們的祈禱。

天父，宇宙萬物的主宰，祢派遣祢的聖子降臨人間，是為使祢的聖名到處受頌揚。
— 求祢鞏固祢的教會，
使它在萬民中能為祢勇敢作證。
求祢使我們接受使徒們宣講的福音，
— 使我們的生活符合我們信仰的眞理。
祢喜愛正義，照顧義人，
— 求祢為那遭受不合理待遇的人，
主持公道。
求祢使被壓迫的人獲得自由，
使瞎子重見光明，
— 使傴僂的人直身，對旅客時加保護。
對那安息在祢懷中的人，
求祢滿足他們的願望，
— 使他們靠祢的聖子，
日後也能得到光榮的復活。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見季節專用經文*

結束詞 *見常用經文*

第四週： 星期一

序經

領： 上主， 求祢開啓我的口。
答： 我的口要讚美祢。

對經：
請大家向上主歌唱聖詩， 歡呼吟詠。

聖詠 *第九四首， 見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 上主， 光明的主宰， 祢是光明的光明，
   祢使黑夜消逝， 白晝再度來臨。
2. 祢比太陽還要明亮， 燭照心靈的深處，
   群星在祢面前， 俯首稱臣。
3. 祢是宇宙的眞神， 照耀乾坤；
   創造萬有的上主， 垂愛世人。
4. 求祢照顧弱小， 沒有祢的恩寵護祐，
   我們面對邪惡， 都會心驚膽戰。
5. 基督， 大慈大悲的君王， 偕聖父及聖神，
   同享光榮， 永無窮盡。 阿們。

聖詠吟唱

聖詠 *八九：*

願上主的光輝照射在我們身上

「在天主面前， 一日如千年， 千年如一日。」

（伯後三，8）

對經一

復活期外：
上主， 清晨我們就已飽享祢的慈愛。

十二月十七～二三：
請看， 上主， 普世君王的元首將要來臨，
凡準備好迎接祂的人， 是有福的。

復活期：
願上主、 我們天主的光輝照耀我們， 阿肋路亞。

上主， 世世代代， ※
祢是我們的安宅。

群山尚未誕生，宇宙尚未出現，※
祢就是無始無終的天主。
祢命世人歸於灰土說：※
「歸來吧！亞當的子女！」
因為一千年在祢眼前，+
就好像剛過去的昨天，※
又像夜裏的一更時間。
祢消滅他們有如清晨一覺；※
他們就好像剛出土的青草。
早晨還花開繁茂，※
晚上就萎謝枯槁。
我們因祢發怒而消滅，※
因祢的忿怒而氣絕。
祢將我們的罪過放在祢的面前，※
祢聖容的光輝照耀我們的隱私。
我們的歲月在祢義怒下消逝，※
我們的年華不過是一聲嘆息。
我們的壽命不外七千春秋，※
即使健壯，也不過八十寒暑。
人生時光大半是勞苦和虛空，※
轉瞬即逝，我們也飄落無蹤。
誰能體會祢忿怒的威力？※
誰能覺察祢怒火的強烈？
求祢教我們數算自己的年歲，※
使我們學得內心的智慧。
上主，求祢回顧，尚待何時？※
求祢快來憐恤祢的僕役。
使我們清晨就飽享祢的慈愛，※
歡欣鼓舞，天天愉快。
求祢使我們今生多難的歲月，※
能換取來世的福樂。
求祢使祢的僕人得見祢的功業，※
向他們的子孫彰顯祢的榮耀。
願上主我們的天主廣施恩寵，+
使我們的工作順利，※
使我們手中的事業成功。

聖詠禱詞

上主，萬世萬代的君王，祢賜給我們時間與歲月，使我們得到心靈的智慧。求祢使我們屈服於祢的聖愛，在所有受造物身

上能看到祢慷慨施恩的標記，直到有一天我們能面對面地瞻仰祢。阿們。

聖歌 *依四二，10-16:*

讚美勝利者和救主天主

「他們在天上寶座前唱著一首新歌。」

（默一四，3）

對經二

復活期外：

願上主的榮耀達於地極。

十二月十七日～二三日：

請向上主高唱新歌，稱揚祂的榮耀，直到地極。

復活期：

我要在他們面前，化黑暗為光明，阿肋路亞。

請你們向上主高唱一首新曲，※
願祂的榮耀達於地極！
　願海洋和其中的一切水族，※
　島嶼和島上的居民讚美上主！
願曠野和那裏的城鎮，※
刻達爾人的村落鼓舞歡欣！
　願色拉的居民高聲歌唱，※
　從山頂上大聲宣揚。
願衆人將光榮歸於上主，※
在島嶼上傳揚祂的榮耀！
　上主出征好似勇將，※
　有如戰士心情激昂；
祂要嘶喊，祂要呼叫，※
向敵人顯示祂的英豪。
　我時常緘默，鎮定自抑；※
　現在却像產婦，不停地呻吟歎息。
我必使高山丘陵成爲荒野，※
使山上的花草枯萎凋謝。
　我必使河流變爲荒島，※
　使池沼的積水乾涸。
我要領瞎子走上生疏的道路，※
帶他們邁向陌生的旅途；
　使黑暗在他們面前化爲光明，※
　崎嶇的道路變爲平坦的途徑。

聖詠 一三四, 1-12:

讚頌行奇蹟異事的上主

「特選的民族，… 天主從黑暗中召叫你們進入光明，你們要宣揚祂的威能。」（參照伯後二，9）

對經三

復活期外：

服侍於上主聖殿的，請你們讚頌上主的名。

十二月十七～二三：

人子來臨時，能在世上找到信德嗎？

復活期：

上主完成了祂所願意的一切，阿肋路亞。

上主的僕人，請你們讚頌，※
讚頌上主的名。
　　你們侍立在上主的聖殿，※
　　在我們天主的庭院，
請你們讚揚上主，因爲祂至善至美，※
歌詠祂的名，因爲祂可親可愛。
　　上主爲自己揀選了雅格，※
　　將以色列作爲祂的產業。
我知道上主偉大無比，※
我們的天主凌駕萬神之上。
　　在天上、地下，海洋的深處。※
　　上主隨心所欲，創造了萬物。
祂使烏雲由地極升起，+
使閃電挾著雷雨，※
使清風從天庫吹出。
　　祂將埃及的長子盡行殺戮，※
　　不論是人或牲畜。
埃及，上主在你境內行了奇蹟、異能，※
懲罰了法郎和他的臣僕及民衆。
　　祂擊敗了列邦，※
　　殺死了強悍的國王：
阿摩黎王息宏，巴珊的敖格王，※
和迦南的所有酋長。
　　祂將他們的土地賞給以色列，※
　　作爲祂選民的基業。

聖詠禱詞

天主，祢選擇了以色列做祢的子民，求祢以祢聖子耶穌基督的印記、做爲祢新子民的標記。願祂在祢的教會內常被人懷念，歷久不衰。阿們。

短讀經　*友八，21b-23（拉丁通俗本）*

請回憶我們祖先所受的試探，考驗他們是否敬愛天主。請回憶我們祖先亞巴郎如何受了試探，他歷盡磨難和困苦，成了天主的朋友。依撒格、雅格和梅瑟都這樣博得了天主的歡心，面對各種磨難，對天主忠貞不貳。

對答詠

領：義人，請你們齊向上主踴躍歡呼。
答：義人…
領：正直的人理當讚美上主。
答：踴躍歡呼。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：義人…

讚主曲對經：

上主應受讚美，因為祂眷顧我們，救贖了我們。

禱詞

基督俯聽並拯救了仰望祂的人；我們要向祂高聲呼求：

主，我們讚頌祢，全心仰望祢。

極慈悲的主基督我們感謝祢，
— 因爲祢對我們的慈愛偉大無比。
祢仍在世上與聖父不停地工作，
— 求祢以聖神的德能革新一切。
求祢開啓我們和衆弟兄的眼睛，
— 使我們今天能目覩祢的奇蹟異能。
祢今天召叫我們來侍奉祢，
— 使我們能爲弟兄們分施祢的各種恩寵。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢

寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，祢將土地交付世人耕種、看顧，又創造了太陽放射陽光，供人享用；求祢今天使我們賴祢的恩祐，爲光榮祢，并爲謀求人憂的福利，而能忠信的工作。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 上主，永恒的救主，一切光明的來源，
俯聽我們的祈禱，驅散罪惡的陰影，
照耀祢的子民。
2. 一天的工作完成，懇求天父，
保祐我們平安，我們時時讚頌，
感謝祢無數的慈恩。
3. 夕陽西下，夜幕低垂，
祢的光輝，永不消逝，
日夜照耀著我們。
4. 仁慈的聖父，寬恕我們的過錯，
在漫漫長夜裏，以祢的慈光，
護守我們的心神。
5. 願天下萬國，普世權威，
一切榮耀，歸於聖父聖子聖神，
永無窮盡。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一三五：*逾越節讚美詩*

「傳述上主的豐功偉業，就是讚美上主。」

（加西道）

壹

對經一

復活期外：

請你們稱謝上主，因為祂的仁慈永遠常存。

十二月十七～二三：
請看，上主、普世君王的元首將要來臨，凡準備好迎接祂的人是有福的。

復活期：
誰若在基督內，就是一個新受造的人，阿肋路亞。

請你們稱謝上主，+
因為祂美善寬仁，※
因為祂的仁慈永遠常存。
　　請你們稱謝眾神之神，※
　　因為祂的仁慈永遠常存。
請你們稱謝萬主之主，※
因為祂的仁慈永遠常存。
　　只有祂施展了偉大奇能，※
　　因為祂的仁慈永遠常存。
祂以智慧創造了蒼天，※
因為祂的仁慈永遠常存。
　　祂將大地舖展在大水之上，※
　　因為祂的仁慈永遠常存。
祂創造了巨大的光體，※
因為祂的仁慈永遠常存。
　　祂創造了太陽統治白晝，※
　　因為祂的仁慈永遠常存。
月亮和星辰光照黑夜，※
因為祂的仁慈永遠常存。

貳

對經二

復活期外：
全能的天主，祢的作為偉大奇妙。

十二月十七～二三：
請向上主高唱新歌，稱揚祂的榮耀，直到地極。

復活期：
我們都該愛天主，因為祂先愛了我們，阿肋路亞。

祂擊殺了埃及人的長子，※
因為祂的仁慈永遠常存。

祂由他們中間領出了以色列， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。
祂伸出手臂施展了大能， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。
祂把紅海從中分開， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。 ※
祂領以色列人從海中走過，
因爲祂的仁慈永遠常存。
祂把法郎和他的軍隊投入紅海， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。
祂領百姓經過曠野， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。
祂擊敗了強大的君王， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。
祂殺死了阿摩黎王息宏， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。
祂殺死了巴珊的敖格王， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。
祂使選民佔領了他們的土地， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。
由祂的僕人以色列來繼承， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。
我們遭難時，祂懷念了我們， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。
祂救我們脫離了仇人， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。
祂把食品供給一切生靈， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。
你們要稱謝天上的天主， ※
因爲祂的仁慈永遠常存。

聖詠禱詞

仁慈的天主，祢知曉我們的憂苦，祢曾領導我們信仰上的祖先進入外邦異域，並賜給他們作爲基業。祢大慈大悲，請領導我們進入祢預許的永恒福地，目睹祢光輝的聖容。阿們。

聖歌 *弗一，3-10：論救主天主*

對經三

復活期外：

天主按照祂的措施，時期一滿，就使一切重歸於基督。

十二月十七～二三：

人子來臨時，能在世上找到信德嗎？

復活期：

從祂的滿盈中，我們都領受了恩寵，而且恩上加恩，阿肋路亞。

願天主、
我們的主耶穌基督的父受讚美，※
祂在天上，在基督內，
賜給我們各種屬神的福分；
因為祂在創世之前，
已在基督內簡選了我們，※
使我們在祂面前聖潔無瑕；
祂又出於愛心，按照自己的決意，+
藉耶穌基督預定了我們，※
成為祂的義子，而歸祂所有，
使人頌揚祂恩寵的光榮，※
這是祂在愛子內賜給我們的恩寵。
我們藉祂愛子的血在祂愛子內，※
獲得了救贖和罪過的赦免。
天主把這恩寵，
豐厚地傾注在我們身上，※
賜給我們各種智慧和明達，
使我們知道祂旨意的奧秘，※
這都是依照祂在愛子內所定的計劃。
按照祂的措施，時期一滿，※
就使上天下地的一切，重歸於基督。

短讀經 *得前三，12-13*

願主使你們彼此間的愛，和對眾人的愛日益增長，就像我們對你們所懷的愛一樣；為使你們的心志堅強，當我們的主耶穌同祂的諸聖來臨時，在我們的父天主面前，完全聖潔，無可指摘。

對答詠

領：上主，願我的祈禱上達於祢。

答：上主…

領：　在祢面前有如馨香。
答：　上達於祢。
領：　願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：　上主…

謝主曲對經：
我的天主，我願常常頌揚祢。

禱詞
耶穌不捨棄仰望祂的人；我們現在謙恭地祈求祂：
　我們的天主，求祢俯聽我們。
帶給人類光明的主基督，
求祢以祢的真光，照耀祢的教會，
— 使它將聖言降生成人的偉大奧跡、
　傳報給萬民。
求祢保護祢教會中的司鐸和各級職員，
— 使他們為祢宣講時，
　自己常能保持對祢的忠貞。
祢藉著祢的聖血，給世界帶來和平，
— 求祢消除人間不和睦的罪惡，
　和戰爭的痛苦。
求祢賞賜所有夫婦豐富的恩寵，
— 使他們更完善地表現祢教會的奧蹟。
求祢赦免所有亡者的罪過，
— 使他們因祢的仁慈、安息於諸聖之中。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞
　主耶穌，請祢留下，因為天色已晚。求祢作我們生命旅途的伴侶，熾熱我們的心靈，喚起我們的希望，使我們在讀經與分餅時，也能跟我們的兄弟姊妹認出祢來。

結束詞　*見常用經文*

第四週：星期二

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請大家前來朝拜偉大的天主、上主。

聖詠 第九四首，見 4 頁

晨禱

讚美詩

1. 創造光明的上主，祢是永恒的光明，
黑暗退避，白晝來臨，
眞光升起，群星失色。
2. 我們愉快的起床，向祢歌唱，
唱出感恩的詩歌，光明在望，
太陽戰勝了茫茫黑夜。
3. 神聖的上主，助祐我們拋棄私慾偏情，
避免動怒和紛爭，抵抗世俗的誘惑，
決不貪圖口腹之樂。
4. 袪除貪財的心思，遠離放蕩的行爲，
助我生活淡泊，潔身自愛，
效法基督的生活。
5. 大慈大悲的天父，俯聽我們的呼求，
偕聖子及聖神，萬世爲王，
永享福樂。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一一零：仁君的自白

「如果你們愛我，就該遵守我的命令。」

（若 一四，15）

對經一

復活期外：
上主，我要向祢歌詠，我要度純潔完美的生活。

十二月十七～二三：
上主將離開祂的聖所，來拯救祂的子民。

復活期：
凡承行我父旨意的人，必將進入天國，阿肋路亞。

我要歌頌仁愛與公正， ※
上主，我要向祢歌詠。
　　我要度完美的生活，+
　　祢何時才肯駕臨？ ※
　　以純潔的心，在家中養性修身；
我絕不視非禮之物， ※
我痛絕惡徒，不與交往相處。
　　歹意邪念，我要遠離， ※
　　惡徒莠民與我無干。
背地毀謗人的，我使他啞口無言， ※
心高氣傲的，我必不容忍。
　　我顧念國內忠信的人，+
　　使他們與我同住， ※
　　行為純潔的人，
　　才可作我的忠僕。
詭詐的人，不能在我家中居住， ※
說謊的人，不得在我眼前立足。
　　我要及早從境內剷除惡人， ※
　　從上主的城裏把作孽的人消滅。

聖詠禱詞

主耶穌基督，祢降來人間，是要指示給我們一條找到天父的道路。求祢幫助我們壓制驕傲，度完美正直的生活，並使我們的雙目常注視祢。阿們。

聖歌 達三，26, 27, 29, 34-41:

阿匝黎火中祈禱

「你們要悔改，回心轉意，使你們的罪過消除。」（宗三，19）

對經二

復活期外：

上主，求祢不要讓祢的慈愛遠離我們。

十二月十七～二三：

我們有一座堅城熙雍，救主將建造城郭保護它；請大開城門，因為天主與我們同在，阿肋路亞。

復活期：

上主，願萬民都知道祢對我們的慈愛，阿肋路亞。

上主，我們祖先的天主，
祢應受頌揚，※
祢的名應受讚頌，應受光榮，直到永遠。
因為祢對我們所行的一切，
公平正直，※
我們作惡，遠離了祢，
在一切事上犯了重罪。
為了祢的名字，
求祢不要永遠拋棄我們，※
也不要廢除祢的盟約。
為了祢的朋友亞巴郎，
祢的僕人依撒格，+
以及祢的聖者以色列，※
求祢不要讓祢的慈愛遠離我們；
因為祢向他們應許過，
使他們的後裔繁多，※
如同天上的星辰，海濱的沙粒。
主啊！我們犯了罪，
成了最弱小的民族，※
我們今天在全世界蒙受恥辱。
現在我們沒有元首，沒有先知，※
沒有領袖，沒有全燔祭。
沒有祭祀、沒有供物，沒有馨香，※
也沒有給祢奉獻初果的地方。
為使我們獲得祢的憐愛，※
但願這懺悔的心和謙虛的精神蒙祢悅納。
好像獻上公羊、公牛的燔祭，※
又像獻上成千累萬的肥羊；
願我們今天在祢面前所行的祭獻，※
同樣能博取祢的歡心。
因為凡信賴祢的人，※
決不會蒙羞受辱。
現在我們全心追隨祢，敬畏祢，※
渴望見到祢的慈顏。

聖詠 一四三，1-10: *求賜勝利與和平*

「我靠著加強我力量的那位，無所不能。」

（斐四，12）

對經三

復活期外：

天主，我們要向祢高唱新歌。

十二月十七～二三：

上主，讓我們在世上認識祢的道路，使萬民得知祢的救贖。

復活期：

上主是我的避難所，是我的救主，阿肋路亞。

我的磐石，上主，應受讚頌！※
祂訓練我如何迎戰，指導我從事戰爭。
　　祂是我的力量，我的堡壘，※
　　我的干城，我的救星；
祂是我的盾牌，我的避難所，※
祂使萬民都來歸服我。
　　上主，人算什麼，
　　祢對他如此關懷？※
　　世人又算什麼，祢對他如此眷愛？
他的生命不過是一口氣息，※
人的歲月有如過眼雲煙。
　　上主，求祢使天低垂，親臨人間，※
　　祢觸摸群山，群山立即冒煙。
求祢發出閃電，將敵人驅散，※
射出祢的利箭，使他們混亂。
　　求祢從高處伸手援救我，※
　　救我脫免洪水和敵人的掌握。
他們滿口謊言，※
舉手發誓，也是欺騙。
　　天主，我要向祢高唱新歌，※
　　彈著十弦琴，向祢奏樂。
祢使君王獲得了勝利，※
拯救了祢的僕人達味。

聖詠禱詞

上主，萬軍的天主，祢的聖子征服了死亡；求祢繼續幫助祢的教會，抵抗魔鬼的攻擊，讓愛的力量戰勝仇恨。阿們。

短讀經　　依五五，1

凡口渴的，請到水泉這裏來吧！沒有錢的，也請前來！來買不付錢的酒，免費的奶喝。

對答詠

領：上主，求祢俯聽我的呼聲，
　　我熱切期望祢的允諾。
答：上主…
領：天尚未亮，我就起來呼求。
答：我熱切期望祢的允諾。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

讚主曲對經：

上主，求祢拯救我脫離仇人的手。

禱詞

在這晨禱的時刻，天主賜給我們快樂，加強我們的希望。因此，我們大膽地懇求祂：

上主，為光榮祢的聖名，
求祢俯聽我們。

我們的救主耶穌的天主父，我們感謝祢，
— 因為祢藉著祢的聖子賜給了我們知識
　和永生的大恩。
求祢賜給我們謙虛的心及和藹的態度，
— 使我們以敬畏基督耶穌的心神
　去彼此服務。
求祢為我們派遣祢的聖神，
— 使我們之間的兄弟之愛，沒有虛偽。
祢曾命令人類以勞作治理世界，
— 求祢使我們以工作讚美祢，
　聖化我們的弟兄。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，求祢加強我們的信德，使我們由衷對祢所作的讚頌，常能結出永生的果實。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 創造時間的上主，劃分白晝與黑夜，
   使人日出而作，日入而安眠；
2. 求祢指引我們向善，不受邪魔的陷害，
   罪惡的玷染，身心確保安全；
3. 護祐我心靈，擺脫私慾的紛擾，
   莫讓人間虛榮，破壞眞平安。
4. 大慈大悲的天父，俯聽我們的呼求，
   偕聖子及聖神，萬世爲王，光耀無邊。
   阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一三六，1-6: 巴比倫河畔

「以民的被俘，應視爲靈性被俘的寫照。」

（聖怡樂）

對經一

復活期外：

耶路撒冷，我若是忘記你，寧願我的右手喪失絕技。

十二月十七～二三：

上主將離開祂的聖所，來拯救祂的子民。

復活期：

請為我們詠唱詩歌，唱一首熙雍的歌曲，阿肋路亞。

我們坐在巴比倫河畔，※
一想起熙雍就淚流滿面。
　　在河邊的楊柳樹上，※
　　掛起了我們的豎琴。
俘擄我們的人要我們謳歌，+
迫害我們的人要我們奏樂：※
「給我們唱一首熙雍的詩歌！」

但是我們現在淪落異域， ※
又怎能唱出上主的歌曲？
耶路撒冷！ 我若是忘記你， ※
寧願我的右手喪失絕技。
我若不懷念你，+
不把你當作我最大的喜樂， ※
就讓我的舌頭僵硬， 再不能唱歌。

聖詠禱詞

上主，求祢憐憫祢的教會，它仍然在走向祢的路上。請垂顧它的困難，傾聽它的祈禱。求祢從這時代的紊亂中救拔我們，使我們以堅定的腳步走向祢。阿們。

聖詠一三七：謝恩

「世上的君王要把自己的光榮和聲譽帶到聖城。」（參照默二一，24）

對經二

復活期外：
我的天主，我要在萬神前歌頌祢。

十二月十七～二三：
我們有一座堅城熙雍，救主將建造城郭保護它；請你們大開城門，因為天主與我們同在，阿肋路亞。

復活期：
我處於困境，祢曾使我生存，阿肋路亞。

上主，我要全心稱謝祢， ※
因為祢俯聽了我口中的禱詞。
我要在萬神前歌頌祢， ※
向祢的聖所叩首至地；
我要頌揚祢的聖名，+
因為祢真誠而慈愛， ※
實踐了祢的諾言，超過我們的期待。
我一呼求祢，祢就俯聽， ※
使我的靈魂力量倍增。
上主，地上的君王都要稱謝祢， ※
因為他們聽到祢的訓諭。
他們要歌頌上主的功績： ※
「上主的榮耀偉大無比」！

上主無上尊高，　卻垂顧弱小，　※
傲慢人在祂面前無法遁逃。
　　　我若處於困境，　祢必使我生存，　※
　　　以右手拯救我，　打擊狂怒的敵人，
上主必為我完成這項事功！＋
上主，　祢的慈愛永世無窮，　※
不要放棄祢雙手的妙工！

聖詠禱詞

上主，　請側耳諦聽，　祢的教會伴同著天使，　高唱讚美祢的詩歌。　祢貶抑傲慢者，　高舉謙卑者。　求祢在這多災多難的時代，　使我們在祢的愛中完美無瑕。　阿們。

聖歌 *默四，11；五，9，10，12：*

蒙救贖者的讚詞

對經三

復活期外：
被宰殺的羔羊理當接受榮耀和尊威。

十二月十七～二三：
上主，　讓我們在世上認識祢的道路，　使萬民得知祢的救贖。

復活期：
上主，　偉大與權能，　光榮與勝利都屬於祢，　阿肋路亞。

上主，　我們的天主，　※
祢理當接受榮耀，　尊威和權能。
　　　因為祢創造了萬物，　※
　　　萬物全憑祢的旨意而存在，　而造成。
上主，　只有祢堪當接受那書卷，　※
開啟書卷上的封印。
　　　因為祢曾被宰殺，＋
　　　從各支派，　各語言，
　　　各民族，　各國家中，　※
　　　用祢的血把我們贖回，　歸於天主，
使我們成為天國的子民，
和侍奉天主的祭司，　※
我們必要為王，　統治世界。

被宰殺的羔羊理當接受權能，※
富裕、智慧、英勇、尊威、
光榮和讚頌！

短讀經 *哥三，16*

要讓基督的話充分地保存在你們心中，用盡智慧彼此教導互相規勸，懷著感恩的心情以聖詠、聖詩和聖歌，讚頌天主。

對答詠

領：上主，只有在祢面前，
才有圓滿的喜悅。
答：上主…
領：在祢右邊方有永遠的福樂。
答：才有圓滿的喜悅。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經：

全能的上主，祢是神聖的，求祢向我們施展大能。

禱詞

基督賞賜祂的子民權能和力量；我們要歡欣踴躍，以眞誠的心呼求祂：

主，求祢俯聽我們，我們要時時讚頌祢。

基督，我們的勇力，
祢曾召叫祢的信眾接受祢的眞理，
— 求祢恩賜他們堅定不移的信心。
主，請依照祢的心意，引導我們的上司，
— 求祢賜給他們智慧，
使他們能穩妥地領導我們。
祢曾用餅和魚飽饗了聽道的群眾，
— 求祢教導我們、
以所有財富幫助有急需的人。
求祢使各國的當權者
不但注意自己的國民，
— 而且也尊重、照顧所有的人們。
求祢賞賜我們去世的弟兄，
獲得復活和永生的幸福，
— 使他們在祢第二次來臨時，
也分享祢的光榮。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

仁慈的天父，求祢接受我們在祢面前所作的祈禱。使我們以唇舌所宣揚的，也常能在心中深思默念。

結束詞 *見常用經文*

第四週：星期三

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

聖歌：

普世大地，請向天主歡呼，興高彩烈地事奉上主。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 上主，祢創造壯麗的穹蒼，
制定了宇宙的秩序，
月亮在夜間照射，
太陽在白天大放光明；
2. 黑夜消逝，萬物重見光明；
人類又充滿活力，開始一天的勞動。
3. 白晝的來臨，邀請我們向上主讚頌，
明朗的天空，舒暢我們的心胸；
4. 使我們遠離誘惑，戒除罪過，
生活要聖潔，口舌要純淨。
5. 時序川流不息，信德日益精深，
使我望德活潑，愛火炎炎，
不怕爲基督犧牲。
6. 仁慈的天父，偕聖子及聖神，
享受光榮，世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一零七：歌頌上主，哀求助祐

「由於天主子已被高舉，超越諸天，因此祂的光榮也傳聞於普世。」（阿諾比）

對經一

復活期外：

我的心已準備妥當，天主，我的心已準備妥當。+

十二月十七～二三：

全能的上主將從熙雍前來拯救祂的子民。

復活期：

天主，願祢的尊榮高於諸天，阿肋路亞。

我的心已準備妥當，+
天主，我的心已準備妥當，※
+我要歌唱，我要頌揚。
　　我的靈魂，醒來吧！+
　　醒來吧！七弦琴和豎琴，※
　　我要喚醒曙光。
上主，我要在萬民中稱謝祢，※
我要在列邦中歌頌祢。
　　因爲祢的慈愛高達於天，※
　　祢的信實直達霄漢。
天主，願祢受尊榮，遍及天上，※
願祢的榮耀普照塵寰。
　　求祢垂允我們，施展大能，※
　　拯救祢所愛的子民。
天主在聖所中宣佈：「我必凱旋」，※
我要劃分舍根，測量蘇苛特平原。
　　基肋阿得屬於我，※
　　默納協也屬於我。
厄弗辣是我的頭盔，※
猶大是我手中的權杖！
　　我要使摩阿布作我的僕婢，+
　　在厄東豎起我的旗幟，※
　　向倍肋舍特高呼勝利！
誰能領我攻陷堅城！※
誰能帶我征服厄東？

天主，難道祢已將我們拋棄？※
不肯與我們的軍隊一同出擊？
求祢幫助我們，抵抗仇敵，※
因爲人的援助徒然無益。
我們倚靠天主，才能奮勇戰鬥，※
上主必要踐踏我們的仇敵。

聖詠禱詞

主耶穌，祢是天地的主宰，我們稱謝祢，因爲祢替我們消滅敵人。請準備我們的心靈，恩賜我們堅心全信祢的復活，使我們常常依靠祢，以獲得永生。阿們。

聖歌 *依六一，10～六二，5:*

先知因新耶路撒冷而歡欣

「我看見那新耶路撒冷…有如一位打扮好的新娘。」（默二一，2）

對經二

復活期外：

上主給我穿上救恩和義德的衣裳。

十二月十七～二三：

為了熙雍我決不緘默，直到她那位正義者出現，大放光明。

復活期：

上主在萬民前產生了正義和讚揚，阿肋路亞。

我要因上主而萬分喜樂，※
我的心靈要因我的天主而歡悅。
因爲祂給我穿上救恩的衣裳，※
給我披上義德的外氅。
使我好像頭戴花冠的新郎，※
又好像佩帶珠寶的新娘。
正如大地發出幼苗，+
田園使種子發芽生長，※
同樣，吾主上主也要在萬民前，
產生正義和讚揚。
爲了熙雍，我決不緘默不語，※
爲了耶路撒冷，我決不休息。
直到他的正義像光芒四射，※
他的救恩像火炬照耀。

萬民都要見到你的正義，　※
眾王都要看見你的榮耀。
　　上主要親口給你取一個名字，　※
　　世人將用這新名字稱呼你。
你將是上主手中的榮冕，　※
是你天主掌上的王冠。
　　你不再稱為「被遺棄的妻子」，　※
　　你的國土不再稱為「荒涼的地區」
因為你要稱為「我的心上人」，　※
你的地區要稱為「有夫之婦」。
　　因為上主喜愛你，　※
　　使你成為祂的佳偶。
猶如青年迎娶處女，　※
你的建造者也要同樣迎娶你。
　　一如新郎喜愛新娘，　※
　　你的天主也要這樣喜愛你。

聖詠一四五：*仰望上主的必享真福*

「我們要終身以善行讚美上主。」（阿諾比）

對經三

復活期外：
我要一生一世讚美天主。

十二月十七～二三：
上主的神臨於我身，派遣我向貧苦人傳報喜訊。

復活期：
上主將永遠為王；熙雍的天主，萬壽無疆，阿肋路亞。

我的靈魂，請讚美上主；+
我要一生一世讚美上主，　※
只要一息尚存，我必歌頌我的天主。
　　你們不要仰賴達官和權貴，　※
　　不可依靠無能為力的凡人。
他們一旦氣絕，必將歸於灰土，　※
他們的計劃立刻就化為烏有。
　　凡以雅格的天主為扶助，　※
　　寄望於上主的，真是有福。
上主創造天地萬物，　※
海洋和其中的水族。

上主信實，直到永遠，※
為受壓迫的人伸冤。
祂給饑餓者食物，※
使囚犯獲得自由。
上主使瞎子復明，+
使受欺壓者挺身，※
上主眷愛義人。
上主保護旅客，扶助孤兒寡婦，※
使惡人迷失道路。
上主將永世為王，※
熙雍的天主，萬壽無疆！

聖詠禱詞

仁慈良善的天父，祢邀請所有的人共赴祢聖子的盛宴，尤其是那些窮苦和弱小的、瞎子和跛子。求祢不要允許我們因種種不重要的藉口，而遠離祢的聖宴；讓我們常常保持堅強的望德，企盼有一天能在天上參與永生的筵席。阿們。

短讀經 *申四，39-40a*

今天你們要知道，且要牢記在心，上天下地只有上主是天主，沒有別的神。你們要遵守祂的法令和誡命，就是我所訓示你們的。

對答詠

領：我要時時讚美上主。
答：我要…
領：我的口不斷讚美上主。
答：讚美上主。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：我要…

讚主曲對經：

我要一生一世，以善行事奉上主。

禱詞

基督是聖父榮耀的反映；祂以自己的聖言光照我們；我們現在親切的呼求祂：
光榮的永恒君王，求祢俯聽我們。
我們信德的創造者和完成者，
祢應受讚美，

— 因為祢從黑暗中召叫我們
　進入了祢奇妙的光明。
祢曾使瞎子復明，使聾子聽見，
— 求祢加強我們的信仰。
主，願我們永久生活在祢的聖愛中，
— 不要讓我們彼此分離。
求祢給我們力量，使我們能抵抗誘惑，
勇敢地忍受各種苦難，
— 在順境中知道感謝祢。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，求祢記起，祢曾以羔羊的血，與人類訂立了新的盟約，使我們都能獲得罪赦，在救恩的道路上勇往邁進。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 夕陽西沉，夜幕低垂，黑夜籠罩了大地，
　旭日再度升起，仍會大放光明；
2. 創造萬物的天主，祢使時光川流不息，
　日夜交替，令人讚嘆稱頌。
3. 黑夜籠罩大地，到處一片沉寂，
　辛勤勞作的工人，尋求一時的寧靜；
4. 只有在信德與望德中，
　才能享受聖言的光輝，
　聖言起初就有，是天父永恒的光明。
5. 祂是永遠照射的太陽，無始也無終，
　上天下地，莫不因祂而歡騰。
6. 至聖聖父，賜我們永享光明，
　我們向祢及子及聖神，永遠謳歌讚頌。
　阿們。

聖詠吟唱

聖詠 *一三八，1-18，23-24：上主明察秋毫*

「有誰知道上主的心意？或者，有誰當過祂的顧問？」（羅一一，34）

壹

對經一

復活期外：

上主，祢的知識深奧無比。

十二月十七～二三：

全能的上主將從熙雍前來，拯救祂的子民。

復活期：

黑夜與白晝將同樣光明，阿肋路亞。

上主，祢洞察我，認清我，+
我一舉一動，祢無不深知，※
祢在遠處也透徹我的心思。
　　我或行或止，祢明察無遺，※
　　我所作所為，祢都熟悉。
我的話尚未出口，※
上主，祢已知曉，
　　瞻之在前，忽焉在後，※
　　聖手所指，不離左右。
祢的知識深奧無比，※
為我確實高不可及。
　　我到何處，才能躲開祢的神能？※
　　我到何處，方能逃避祢的面容？
我到天上，祢已在那裏，※
我潛入陰府，祢也在那裏。
　　我若振翼飛往日出之鄉，※
　　我若遁跡息影於遼海之濱，
祢的手仍在那裏引導著我，※
祢的右手依然緊緊地握著我。
　　我若說：願黑暗把我籠罩，※
　　願我四周的光明變為黑夜；
但黑夜為祢並非朦朧，+
黑夜與白晝同樣光明，※
黑暗與光明為祢完全相同。

貳

對經二

復活期外：
我是明察人心，洞悉肺俯的上主；我要依照各人的善惡，予以賞罰。

十二月十七～二三：
為了熙雍，我決不緘默，直到她那位正義者出現，大放光明。

復活期：
我認識我的羊，我的羊也認識我，阿肋路亞。

上主，我的臟腑原是祢造成，※
祢使我在母胎中成型。
我稱謝祢，祢神奇地把我創造，※
我深切了解祢工程的奧妙。
我未見天日之前，※
我在母胎受造時，
我的靈魂，祢已完全知曉，※
我的形骸，祢已完全明瞭。
我尚未出生，祢已洞察，※
祢的書卷全部記錄。
歲月尚未開始，※
壽限早已註定。
天主，祢的計劃爲我是何等深奧！※
祢的意念浩繁，不可勝數。
我若計算，多於沙粒，※
我若醒來，祢仍然與我同在。
天主，求祢明察我，認清我的心思，※
考驗我，洞悉我的念慮。
看我是否誤入歧途，※
引我邁向永生的道路。

聖詠禱詞

上主，祢維護天地萬物，使之生存。獲得救恩的人憶及祢的死亡與復活，無不歡欣踴躍，滿懷感激。請呼喚我們，使我們追隨祢、效法祢，最後能穩妥抵達永遠的家鄉。阿們。

聖歌 哥 一, 12-20:

基督是超越萬物的長子，
祂在萬有中高居首位。

對經三

復活期外：

一切都藉著祂而受造，萬有都賴祂而存在。

十二月十七～二三：

上主的神臨於我身，派遣我向貧苦人傳報喜訊。

復活期：

祂的威嚴遮蓋諸天，祂的榮耀充滿大地，阿肋路亞。

感謝天父，使我們在光明中，※
堪享聖徒的福分。
　　祂救我們脫離黑暗的權勢，※
　　把我們徙置到祂愛子的國土。
在祂愛子內，我們得到了救贖，※
獲得了罪赦。
　　祂是看不見的天主的肖像，※
　　是超越萬物的長子，
因為上天、下地的一切，
無論有形與無形，+
上座者或宰制者，率領者或掌權者，※
都是藉祂而創造的。
　　一切都藉著祂，並為了祂而受造，+
　　祂在萬有之先就已存在，※
　　萬有都賴祂而各得其所。
祂是教會的頭，也就是祂身體的頭，+
祂是原始，是首先從死者中復活的，※
使祂在萬有之中高居首位。
　　因為天主樂意
　　使整個圓滿住在祂內，※
　　並藉著祂在十字架傾流的血，
　　建立了和平。
使人間和天上的一切，※
都與天主重歸於好。

短讀經　*若壹二，3-6*

如果我們遵守基督的命令，我們就知道我們認識祂。那說「認識祂」而不遵守祂命令的，是撒謊的人，在他心內就沒有真

理。但是誰若遵守祂的道，他對天主的愛才圓滿無缺。這樣我們就知道我們是與祂相契合。那說住在祂內的，就該照祂所行的去行。

對答詠

領：上主，求祢保護我，
　　有如眼中的瞳人。

答：上主…

領：讓我們藏身在祢的翼蔭下。

答：有如眼中的瞳人。

領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。

答：上主…

謝主曲對經：

天主，求祢運用手臂，大施神威，把心高氣傲的人擊潰，提拔弱小卑微。

禱詞

永恒的聖父對我們的慈愛超越諸天；我們現在以歡欣鼓舞的心情呼求祂：

　上主，願投靠祢的人都興高彩烈。

上主，祢派遣聖子降來，
不是為審判世界，而是為拯救世界。
— 求祢使祂的光榮犧牲，
　帶給我們豐富的恩寵。

上主，祢選派了祭司，為基督服務，
分施祢的恩惠，
— 求祢賞賜他們忠於職守，
　知識豐富，充滿愛心。

祢召叫了修士修女
為天國的緣故度貞潔的生活，
— 求祢使我們忠貞不貳，追隨祢的聖子。

祢從起初就造了男人女人，
使他們結為夫婦，
— 求祢保護所有的家庭，
　使他們在純正的愛中度日。

祢藉著基督的犧牲，赦免了人類的罪過，
— 求祢恩賜所有亡者獲得罪赦。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天

上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

仁慈的天主，祢慈悲為懷，願用天上的財富滿足飢渴者的心靈，求祢也以豐富的恩寵滿足我們的需要。

結束詞 *見常用經文*

第四週：星期四

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請到上主面前謳歌歡呼。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 旭日初升，我們懇切求主，
恩賜今天的生活，不受罪惡染污。
2. 謹口慎言，不與人爭吵，
護守眼目，虛榮不貪圖。
3. 心地純潔向善，排除惡念，
飲食有節制，驕傲最可惡。
4. 當白晝消逝，黑夜再來時，
我們能以聖潔的心，讚美上主。
5. 光榮歸於父，及子及聖神，
同聲頌揚，時時處處。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 *一四二, 1-11: 危難中的祈禱*

「人成義，不是靠遵守法律，而是靠信仰耶穌基督。」（迦二，16）

對經一

復活期外：

上主，求祢使我清晨得蒙祢的憐愛。

十二月十七～二三：

我心仰望祢；上主，我只求祢快來拯救我。

復活期：

上主，為了祢的名，請使我生存，阿肋路亞。

上主，求祢俯聽我的祈禱，+
側耳聆聽我的哀號，※
憑祢的眞誠和正義俯允我！
　　請不要審訊祢的僕人，※
　　因爲衆生在祢面前不得稱爲義人。
仇人迫害我，摧殘我的生命，※
置我於幽谷，視我如死人；
　　因而我的精神委靡不振，※
　　我的心靈惶恐不安。
我回憶以往的時日，+
追念祢的一切奇事，※
凝思祢手中的作爲，
　　我不禁向祢伸開雙手，+
　　我的心渴望祢，※
　　有如旱田之望甘雨。
上主，求祢快來俯聽我，※
因爲我的精神已經委靡。
　　不要對我轉面不顧，※
　　免得我像別人一樣陷入陰府。
我全心仰賴祢，※
請使我清晨得蒙祢的憐愛。
　　我舉心嚮慕祢，※
　　讓我認識應走的道路。
上主，我一心投靠祢，※
請救我擺脫我的仇敵。
　　祢是我的天主；+
　　求祢教導我奉行祢的旨意，※
　　願祢的善神引領我走上坦途。
上主，爲了祢的名，請使我生存，※
憑祢的公義，請救我脫離憂患。

聖詠禱詞

主耶穌基督，普世教友喜氣洋洋，歡唱祢復活的榮耀。求祢不要按我們的過犯審判我們；請賜給我們力量，以便忍受仇魔的種種迫害或打擊。阿們。

聖歌 *依六六，10-14a:*

聖城中的安慰和喜樂

「天上的耶路撒冷是自由的，她是我們的母親。」（迦四，26）

對經二

復活期外：
上主要在耶路撒冷廣賜和平，浩蕩無際。

十二月十七～二三：
上主，求祢報答那些期待祢的人，使祢的先知們都忠貞不渝。

復活期：
我會再來看你們，你們那時就會滿心喜樂，阿肋路亞。

凡喜愛耶路撒冷的，+
請同她一起歡樂，※
因她而歡欣踴躍。
　　凡為她而憂傷的，
　　請同她盡情歡樂！※
　　好讓你們飽享她的撫慰與恩澤；
體驗她慈愛的甜蜜，※
分享她豐盈的富裕。
　　因為上主這樣說：※
　　我要向她廣賜和平，浩蕩無際；
我要賜給她萬國的財寶，※
好似滿溢的河流。
　　她必將乳兒抱在懷中，※
　　放在膝上搖晃。
猶如母親撫慰嬰兒，+
我要同樣撫慰你們，※
使你們在耶路撒冷得到溫馨。
　　你們見了，內心必將歡暢，※
　　你們的骨骼也要像嫩草一樣滋長。

聖詠 一四六：上主的威能和美善

「天主，我們讚美祢；上主，我們歌頌祢。」

對經三

復活期外：

歌頌我們的天主，甘飴之至。

十二月十七～二三：

上主，求祢聊亦一迴目，快來惠顧祢的僕人，請勿遲延。

復活期：

上主重建了耶路撒冷，醫治了破碎的心靈，阿肋路亞。

請讚頌上主，+
歌頌我們的天主是件美事，※
讚美頌揚祂，甘飴之至。
　　上主重建了耶路撒冷，※
　　聚集了離散的以色列。
祂醫治了破碎的心靈，※
親自包紮他們的創傷。
　　點點繁星，由祂制定，※
　　顆顆星辰，是祂命名。
上主至大至尊，威能無比，※
祂的智慧無法估計。
　　上主將謙虛的人扶起，※
　　將作惡的人貶抑至地。
請唱感恩的詩歌，稱謝上主，※
彈琴頌讚我們的天主！
　　祂以雲霧遮蔽高天，※
　　把雨露賜給農田；
祂使青草生於群山，※
創造植物供人吃穿。
　　祂將食物賜給家畜，※
　　飼養素食的鴉雛。
駿馬名駒，祂不喜歡，※
猛將勇士，祂不中意。
　　祂只喜愛那敬畏祂的人，※
　　賞識那信賴祂慈愛的人。

聖詠禱詞

上主，全能的天主，求祢在聖神內增強教會的力量，使祢的恩寵在它內結出豐盛

的果實。求祢以生命之糧養育它，使它信德堅強，忠貞不貳，並常常賜給它新的成員。阿們。

短讀經　*羅八，18-21*

現在的苦楚，與將要顯示在我們身上的光榮，是無法相比的；受造之物都熱切期待天主子女的顯揚，因為受造之物屈服在無常的狀態之下，並不是出於自願，而是由於使它屈服的那一位這樣決定的；但受造物仍然希望，脫離敗壞的控制，而享受天主子民光榮的自由。

對答詠

領：上主，我徹夜不眠，思念著祢。
答：上主…
領：因為祢助祐了我。
答：思念著祢。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

讚主曲對經：

上主，求祢使祢的子民認識救恩，並赦免我們的罪過。

禱詞

我們的救恩來自天主，現在我們誠懇地呼求祂：

上主，祢是我們的生命。

我們的主耶穌基督的父，我們讚美祢，因為祢慈悲為懷，派遣聖子來拯救我們，
— 藉著基督的死亡和復活，
　使我們重生，獲得永生的希望。
祢在基督內更新了
按照祢肖像所造的人類，
— 求祢使我們相似祢的聖子。
我們的心靈因嫉妒仇恨，受到創傷，
— 求祢藉所賜予的聖神，賜給我們愛德。
求祢今天給工人工作，給飢餓的人食物，使憂苦的人快樂。
— 賞賜所有的人寵惠和救恩。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，求祢使我們眞正了解祢所賜予人類的救恩，幫助我們擺脫罪惡的控制，使我們有生之年，能自由而忠誠地侍奉祢。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 全能的天主，祢的光明照耀大地，
   白晝將盡時，我們以禱聲讚美祢。
2. 太陽西斜，黃昏已近，夜幕又將低垂，
   萬物依時序變化，生息不已。
3. 至高的上主，護祐祢疲倦的僕人，
   遠離罪惡的污染，不受黑暗的侵襲；
4. 求祢照顧我們，得到適當的休息，
   在祢慈恩的照耀下，永保純潔的心地。
5. 大慈大悲的天父，願祢偕聖子及聖神，
   萬世爲王，統治山河大地。阿們。

聖詠吟唱

聖詠一四三：*求賜勝利與和平*

「當耶穌戰勝世界的時候，祂的手學會了戰鬥；因爲祂說：我已戰勝了世界。」（聖怡樂）

壹

對經一

復活期外：

上主是我的力量，我的干城，我的避難所。

十二月十七～二三：

上主，我的心仰望祢；上主，我只投奔祢，求祢快來拯救我。

復活期：

上主是我的干城，我的救星，阿肋路亞。

上主、我的磐石應受讚頌！ ※
祂訓練我如何迎戰，指導我從事戰爭。
祂是我的力量，我的堡壘， ※
我的干城，我的救星；
祂是我的盾牌，我的避難所， ※
祂使萬民都來歸服我。
上主，人算什麼，
祢對他如此關懷？ ※
世人又算什麼！祢對他如此眷愛？
他的生命不過是一口氣息， ※
人的歲月有如過眼雲煙。
上主，求祢使高天低垂，
親臨人間， ※
祢觸摸群山，群山立即冒煙。
求祢發出閃電，將敵人驅散， ※
射出祢的利箭，使他們混亂。
求祢從高處伸手救拔我， ※
救我脫免洪水和敵人的掌握。
他們滿口謊言， ※
舉手發誓，也是欺騙。

聖詠禱詞

上主，萬軍的天主，祢的聖子征服了死亡；求祢繼續幫助祢的教會，抵抗魔鬼的攻擊，讓愛的力量戰勝仇恨。阿們。

貳

對經二

復活期外：
奉上主為天主的民族，真有福氣。

十二月十七～二三：
上主，求祢報答那些期待祢的人，使祢的先知們都忠貞不渝。

復活期：
我們要感謝天主，祂藉著我們的主耶穌基督賜給了我們勝利，阿肋路亞。

天主，我要向祢高唱新歌， ※
彈著十弦琴向祢奏樂。

　　　祢使君王獲得了勝利，　※
　　　拯救了祢的僕人達味。
求祢由無情的刀劍下搶救我，　※
從外邦人的手中搭救我！
　　　他們滿口謊言，　※
　　　舉手發誓，也是欺騙。
願我們的兒子從小就像茂盛的果樹，　※
願我們的女兒像宮殿中彫刻的石柱！
　　　願我們的倉廩中，食糧時常充滿，　※
　　　願我們的牧場上，羊群成千累萬！
願我們的牛群繁殖肥壯，＋
城牆沒有塌陷，也無人陣亡，　※
願我們的街市中沒有悲傷！
　　　身處此境的百姓，多麼幸福，　※
　　　奉上主爲天主的民族，眞有福氣！

聖詠禱詞

天主，祢每天將我們聚集在祢的餐桌前，把大地出產的果實賜給我們，作爲飲食。求祢幫助我們慷慨分施我們所接受的恩惠，直到將來祢召叫我們共赴祢永恒盛宴的那一天。阿們。

聖歌　*默一一，17-18；一二，10-12：*

天主的審判

對經三

復活期外：

如今我們天主的救恩和國度都已建立。

十二月十七～二三：

上主，求祢聊亦一迴目，快來惠顧祢的僕人，請勿遲延。

復活期：

耶穌基督昨天、今天、直到永遠，常是一樣，阿肋路亞。

今、昔永存的上主，全能的天主！＋
我們感謝祢，　※
因爲祢掌握大權，統治乾坤。
　　　異民憤憤不平，　※
　　　祢的震怒隨即來到。

那時祢也審判死者，+
對祢的僕人、先知、聖徒，※
以及敬畏祢名的，無論尊卑，一律酬庸。
　　現在我們的天主已完成救恩，
　　彰顯威能，建立神國，※
　　祂的受傅者基督已擁有權威。
那日夜在天主面前的控訴者，※
那誣告我們弟兄的，已從天上被摔下。
　　他們靠自己的證言和羔羊的血
　　戰勝了惡魔，※
　　他們寧願殺身成仁，捨生取義。
為此，高天和天上的聖民，※
請你們鼓舞歡欣。

短讀經　*參照哥一，23*

你們要在信德上站穩，堅定不移，你們由聆聽福音所得的希望，總不要放棄，這福音已傳給天下萬民。

對答詠

領：上主是我的牧者，我實在一無所缺。
答：上主…
領；祂使我憩息在翠綠的草地上。
答：我實在一無所缺。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經：

上主使慕義如飢似渴的人獲得飽飫，欣饗美味。

禱詞

基督是萬民的光明，是所有生靈的喜樂。我們要以虔敬的心祈求祂：

主，求祢賜給我們光明，平安和救恩。

聖父永恒的真光和聖言，
祢來到世界是為拯救所有的人，
— 求祢引導教會中的望教者，
　使他們在祢內得到光明。
主，求祢不要看我們的罪過，
— 因為祢一向寬恕為懷。

祢願意人類用自己的天賦探求宇宙萬物的奧秘，以統治世界，
— 求祢使一切科學和技術
都能彰顯祢的光榮，謀求人類的福利。
求祢保護所有為服務人群而獻身的人，
— 使他們的工作能自由而順利的推行。
主，祢所關閉的無人能開啓，
— 求祢使那些懷著復活的希望而去世的人，
能進入祢的光明。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，求祢垂聽我們在這傍晚所作的祈禱，使我們追隨你聖子的芳蹤，能以堅忍不拔的毅力，結出善工的果實。

結束詞 *見常用經文*

第四週：星期五

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
上主良善寬仁，請讚美祂的聖名。

聖詠 *第九四首，見 4 頁*

晨禱

讚美詩

1. 天主，光明的創造者，祢是上天的光明，
祢以慈父的手臂，創造萬物，
照顧人類。
2. 黎明使星光隱退，
海洋披上一層淡紅的外衣，

濕潤的微風吹起，
給大地灑上滴滴露水。
3. 朝日東昇，夜影逐漸消失，
象徵基督的曉星，喚醒大地，
不再沉睡。
4. 上主，永不沒落的太陽，
祢是光明的光明，
祢是大能的至一，至一又有三位。
5. 救主，我們歌頌祢，向祢俯伏敬拜；
願祢偕聖父及聖神，同受讚美。阿們。

聖詠吟唱

聖詠五零：*天主，求祢憐憫我*

「你們應在心思念慮上煥然一新，穿上新人。」

（弗四，23-24）

對經一

復活期外：

天主，求祢給我再造一顆純潔的心，在我身內注入堅強的精神。

十二月十七～二三：

將要為王的那一位從熙雍而來，祂是上主，厄瑪努爾便是祂偉大的名號。

復活期：

基督為我們犧牲了自己，當作供品和祭物獻給天主，阿肋路亞。

天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我，※
祢有豐厚的慈愛，求祢消滅我的罪過。
求祢洗淨我的過犯，※
消除我的罪愆。
因為我認清了我的罪過，※
我的罪惡常在我的眼前。
我得罪了祢，唯獨得罪了祢，※
我作了祢視為邪惡的事；
因此祢在判決時，顯示了祢的正義，※
祢在斷案時，表現了祢的公正。
的確！我在罪惡中出生，※
我的母親在罪惡中懷孕了我。
是的，祢喜愛內心的真誠，※
求祢使我的心靈充滿智慧。

求祢洗滌我， 使我潔淨， ※
洗滌我使我潔白， 白於雪。
求祢使我聽到愉快的歌聲而喜樂， ※
使祢所折斷的骨骼再度雀躍。
求祢轉面， 不要看我的罪過， ※
消除我的一切邪惡。
天主， 求祢給我再造一顆純潔的心， ※
在我身內注入堅強的精神。
求祢不要驅逐我， 疏遠我， ※
不要從我身上剝奪祢的聖神。
求祢再賜我得救的喜樂， ※
以慷慨的精神扶持我。
我要引導惡人走上祢的道路， ※
罪人也要歸依祢。
天主， 我的救主， +
求祢豁免我的血債， ※
我的口舌必要宣揚祢的公義。
上主， 求祢開啓我的唇舌， ※
我要親口讚頌祢。
因爲祢並不喜歡祭獻， ※
我獻上全燔祭， 祢也不會悅納。
天主， 我的祭獻，
就是痛悔的精神， ※
祢不輕視痛悔和謙卑的赤心。
上主， 求祢對熙雍廣施慈愛， ※
爲耶路撒冷重建城垣。
祢必悅納合宜的犧牲，
祭品和燔祭， ※
那時，
人們將把牛犢呈獻在祢的祭壇上。

聖詠禱詞

仁慈的天主， 祢爲了使我們都像祢一樣的聖善， 曾使不認識罪的聖子身負重罪。求祢看我們虔誠的懺悔， 寬恕我們的罪過， 使我們在聖神內， 在萬民面前、 讚美祢， 歌頌祢的榮耀。 阿們。

聖歌 多一 三, 10-15, 17-19:

爲子民的得救而謝恩

「天主將耶路撒冷聖城指給我看， 這聖城具有天主的光榮。」（默二一, 10-11）

對經二

復活期外：
耶路撒冷，歡樂吧！因為萬民都要靠你而聚集到上主面前。

十二月十七～二三：
你們要貫徹始終，便會看到上主賜與你們的救援。

復活期：
天主之城、耶路撒冷，你將放射燦爛的光輝，阿肋路亞。

上主的一切選民，請讚美上主，※
你們要歡慶佳節，歌頌上主。
　　天主的京城，耶路撒冷，※
　　上主懲罰了你，是因你的罪行。
你要以善行讚美上主，※
頌揚萬世萬代的天主，
　　好使祂在你內重建帳幕，+
　　為你召回一切俘虜，※
　　使你萬世萬代喜慶歡樂。
你將放射燦爛的光輝，※
大地四極將前來向你膜拜；
　　萬民由遠處都向你蜂擁而來，※
　　獻上禮品，
　　朝拜在你內的上主。
他們將以你的地區視為聖地，※
要在你內稱呼那偉大的名號。
　　你將因你的子女而喜樂，+
　　因為他們都將蒙受祝福，※
　　聚集到上主面前。
愛慕你的人，多麼幸福，※
看到你安享太平，如何高興。
　　我的靈魂，請讚美上主，+
　　因為我們的天主上主，
　　從多災多難中，※
　　拯救了祂自己的聖城、耶路撒冷。

聖詠一四七，12-20：重建耶路撒冷

「你來，我要把新娘──羔羊的淨配，指給你看。」（默二一，9）

對經三

復活期外：

熙雍，你要讚頌你的天主，祂向大地發出諭旨。

十二月十七～二三：

至於我，我要仰賴上主，寄望於我的救主天主。

復活期：

我看到新耶路撒冷從天而降，阿肋路亞。

耶路撒冷，你要讚頌上主！ ※
熙雍，你要讚頌你的天主！
　　因為祂鞏固了你的城門， ※
　　降福了你城中的子女，
也使你的四境平安， ※
讓你飽饗上好的麥麵。
　　祂向大地發出自己的諭旨， ※
　　祂的聖旨即刻迅速傳遞。
祂降雪有如羊毛， ※
祂撒霜好似飛絮。
　　祂拋下冰雹好似碎石， ※
　　祂發出寒氣，水便凝結；
祂一發言，冰塊即刻溶化， ※
祂一噓氣，靜水立即流動。
　　祂將自己的旨意曉諭了雅格， ※
　　把自己的誡律啓示給以色列。
祂從來沒有這樣恩待過任何國家， ※
也從未向他們宣示過自己的律法。

聖詠禱詞

上主，祢的王國是和平的王國，請把祢的平安賜給祢的信眾，並引導我們到達永生。請以生命之糧養育我們，現在我們只看到祢慈愛的標記，願將來我們在天上能瞻仰祢的聖容。阿們。

短讀經　*迦二，19b-20*

我已同基督被釘在十字架上。所以我生活，已不是我生活，而是基督在我內生活；我現今在肉身內生活，是靠我對天主子的信仰而生活，祂愛了我，且為我犧牲了自己。

對答詠

領：我呼求至高者上主、
　　施恩於我們的天主。
答：我呼求…
領：祂必從天上施恩，來拯救我。
答：呼求施恩於我們的天主。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：我呼求…

讚主曲對經：

由於我們的天主慈悲為懷，旭日才由高天照耀我們。

禱詞

天主創造了人類，並藉聖子救贖了人類，祂仍然時時照顧我們。現在我們懷著依恃之情，向祂祈禱：

上主，求祢俯聽，求祢照顧祢的子民。

仁慈的天主，求祢指引我們的腳步，
走上聖德的道路，
— 使我們常思念眞實、
　公正和高尚的事物。
爲了祢的聖名，不要永遠拋棄我們！
— 上主，不要廢除祢與我們訂立的盟約。
求祢看我們懺悔的心和謙虛的精神，
悅納我們的祈禱，
— 因爲凡信賴祢的，決不會蒙受羞辱。
祢曾藉基督召叫我們充任先知的職務，
— 求祢使我們忠實地宣揚祢的威能。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，求祢廣施恩寵，使我們在祢的護祐之下，小心翼翼地，遵守祢的誡命，現世得蒙撫慰，來世獲享永福。

結束詞 *見常用經文*

晚禱

讚美詩

1. 夕陽西下，日近黃昏，讓我們虔誠祈禱，
向上主唱出心底的讚頌。
2. 基督，我們在祢的葡萄園裏，辛勤耕耘，
一天的勞苦已經結束，
求祢賞賜預許的光榮。
3. 是祢召喚了我們，爭取未來的賞報，
輔導我們的工作，
振作我們疲倦的心靈。
4. 基督，我們的救主，光榮歸於祢，
及父及聖神，世世無窮。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一四四：*讚美天主的尊嚴*

「今在、昔在的主，祢是公義的。」（默一六，5）

壹

對經一

復活期外：

上主，我要日日歌頌祢，傳揚祢的妙工。

十二月十七～二三：

將要為王的那一位要從熙雍而來，祂是上主，厄瑪努爾便是祂的名號。

復活期：

天主這樣深愛世人，甚至連自己的獨生子也賜給了我們，阿肋路亞。

我的天主，我要讚揚祢，※
我的君王，我要永遠歌頌祢的名。
　　我要日日歌頌祢，※
　　讚美祢的聖名，永不停止。
上主偉大，極堪讚揚，※
祂的偉大，不可測量。
　　世世宣揚祢的工程，※
　　代代傳述祢的大能。
稱頌祢的尊榮，※
傳揚祢的化工；
　　講述祢驚人的威能，※
　　讚揚祢無限的偉大；

懷念祢無比的甘飴， ※
吟詠祢無上的正義。
　　上主慈悲， 寬仁大方， ※
　　緩於發怒， 仁愛無量。
上主對待萬有， 溫和善良， ※
對祂所創造的萬物， 仁愛慈祥。
　　上主， 願祢創造的一切都稱謝祢， ※
　　願祢的聖徒同聲讚美祢；
講述祢王國的光榮， ※
傳頌祢行事的威能，
　　使世人盡知祢的威能， ※
　　和祢王國偉大的光榮。
祢的王國， 永世常存， ※
祢的王權， 萬世無疆。

貳

對經二

復活期外：

眾人都舉目仰望祢， 祢親近所有呼求祢的人。

十二月十七～二三：

你們要貫徹始終， 便會看到上主賜與你們的救援。

復活期：

願尊貴和榮耀歸於那位不朽、 肉眼不能見的萬世君王， 阿肋路亞。

上主的諾言， 信實不欺， ※
上主的作為， 聖善無比。
　　凡跌倒的， 上主必將他扶起， ※
　　受委屈的， 必使他直立。
眾人都舉目仰望祢， ※
祢按時賜給他們飲食。
　　祢慷慨伸出雙手， ※
　　滿足眾生的需求。
上主的行徑， 至公至義， ※
上主的作為， 聖善無比。
　　上主親近所有呼求祂的人， ※
　　所有誠心誠意呼求祂的人。
敬畏上主的， 祂就滿足他們的心願， ※
俯聽他們的呼求， 施以救援。

　　　愛慕上主的，祂必保護， ※
　　　犯罪作惡的，祂必消除。
願我的唇舌稱述上主的光榮， ※
眾生世世代代讚美祂的聖名。

聖詠禱詞

主耶穌基督，祢將天父的聖善和大愛啓示給眾人。請把靈魂和肉身的日用糧賜給所有的人，使我們稱謝祢的一切工程。阿們。

聖歌 *默一一五, 3-4: 崇敬的讚美詩*

對經三

復活期外：

萬世的君王，祢的道路多麼公平真實！

十二月十七～二三：

至於我，我要仰賴上主，寄望於我的救主、天主。

復活期：

上主是我的力量，我的保障，祂作了我的救主，阿肋路亞。

上主，全能的天主，
祢的作爲何等偉大奇妙！
　　　萬世的君王！ ※
　　　祢的道路多麼公平眞實！
上主，誰敢不敬畏祢？ ※
誰敢不稱揚祢的名號？
　　　因爲只有祢是聖善的，+
　　　萬民都要前來朝拜祢， ※
　　　因爲祢彰顯了祢的正義。

短讀經 *羅八，1-2*

從今以後，那些在基督耶穌內生活的人，就不被定罪了，因爲賜予生命之神的法律，在基督耶穌內，使我脫離了罪惡與死亡的法律而獲得自由。

對答詠

領：基督爲我們的罪死了，
　　　爲領我們到天主面前。
答：基督…

領：祂的肉身固然已被處死，
　　祂的靈魂仍然活著。
答：爲領我們到天主面前。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：基督…

謝主曲對經：
上主，求祢念及祢的仁慈，正如祢向我們的祖先所作的許諾。

禱詞
基督是我們人生旅途中的依靠。我們現在懷著依恃的心呼求祂：
　主，求祢垂憐。
基督，我們生性軟弱，易於失足犯罪，
— 求祢使我們賴祢的助祐，
　常能堅定不移。
求祢憐憫那些生來容易犯罪的人，
— 使他們靠祢的仁慈，常能獲得寬恕。
我們犯罪就是使祢受凌辱；
我們悔改，祢便平息義怒，
— 求祢赦免我們因犯罪所應得的懲罰。
祢曾寬恕罪婦，把迷失的羔羊背在肩上，
— 求祢不要讓祢的仁慈遠離我們。
求祢垂顧那些生前，曾仰賴祢的人，
— 讓他們進入祢因十字架的功勞
　所開啓的天國之門。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞
　全能仁慈的天主，祢爲拯救世人，甘願派遣聖子降臨人間，受盡苦難。求祢賞賜我們發憤勉勵，追隨祢的聖子，自我犧牲，當作活的祭品奉獻給祢，使我們也常飽享祢的慈愛。

結束詞　*見常用經文*

第四週：星期六

序經

領：上主，求祢開啓我的口。
答：我的口要讚美祢。

對經：
請大家聽從上主的聲音，進入祂的安居之所。

聖詠第九四首，見 4 頁

晨禱

讚美詩

1. 旭日初升，萬象歡騰，
   歌頌上主的榮耀，感念基督的恩寵。
2. 上主，祢藉基督創造萬有，
   劃分了白晝與黑夜，
   制定了永久的規律，使晝夜交替運行。
3. 祢是信眾的眞光，超越時光的川流，
   黑暗聞風而逃，祢是永恆的明燈。
4. 無始無終的天父，求祢引導我們，
   今天忠實地追隨基督，
   充滿聖神的恩寵。阿們。

聖詠吟唱

聖詠九一：讚頌造物主

「歌頌唯一聖子的功勳。」（聖達修）

對經一

復活期外：
至高者，清晨歌頌祢的聖名，傳述祢的仁慈，多麼美好。

十二月二四日：
猶大的白冷啊，你在猶大的諸城中並不是最小的，因為從你那裏要出現一位領袖，統治我的子民以色列。

復活期：
上主，祢的化工何其偉大浩繁，阿肋路亞。

至高者，稱謝祢的恩惠，※
歌頌祢的聖名，多麼美好！
清晨，傳述祢的仁慈，※
夜間，宣揚祢的眞實；
彈奏十弦琴和豎琴，※
彈出琵琶優美的旋律。
上主，祢的作爲使我喜悅，※
祢的工程也使我歡樂。
上主，祢的化工何其浩繁，※
祢的計劃多麼深遠！
冥頑的人不會明瞭，※
愚昧的人不能知曉。
惡人雖興盛有如野草，※
作孽的人會一時顯耀；
然而他們終必永遠沉淪，※
上主，千秋萬世，唯祢獨尊。
上主，請看祢的仇人如何喪亡；※
作孽的人，如何淪落四方。
祢賜我勇氣，使我一無所懼，※
祢給我傅油，恢復青春活力。
我的眼睛將鄙視那窺伺我的仇敵，※
我的耳朵欣聞攻擊我者遭到敗績。
義人好比棕櫚一樣茂盛，※
像黎巴嫩香柏一般高聳。
他們被栽植在上主的殿中，※
在我們天主的庭院裏繁榮。
他們雖已年老，仍然結果，※
枝葉青綠，汁漿豐盈，
這說明上主是何等正直，※
祂是我的靠山，處事無不公允。

聖詠禱詞

上主，祢期待我們多結果實，請救我們脫離罪惡，恩賜我們常因祢的救恩、祢雙手奇妙的作爲、而歡欣踴躍。求祢廣施慈恩，使我們在信、望、愛上結出豐碩的果實。阿們。

聖歌 *則三六，24-28：上主復興祂的百姓*

「他們要作天主的子民，天主要親自與他們同在，作他們的天主。」（默二一，3）

對經二

復活期外：

我要賜給你們一顆嶄新的心，在你們五內注入新的精神。

十二月二四日：

你們抬起頭來！請看，你們的救援近了。

復活期：

我要把清水灑在你們身上，阿肋路亞。

我要把你們從異民中領出，+
把你們從各地聚集在一處，※
領你們回到自己的國土。
　　那時我要把清水灑在你們身上，+
　　淨化你們，滌除你們的不潔，※
　　清除你們所有的偶像。
我要賜給你們一顆嶄新的心，※
在你們五內注入新的精神。
　　由你們身內除掉鐵石的心，※
　　給你們換上一顆血肉的心；
在你們五內注入我的精神，+
使你們履行我的誡命，※
忠實執行我的諭令。
　　你們要我賜給你們
　　祖先的地方居住，※
　　你們要作我的子民，
　　我要作你們的天主。

聖詠八：上主的尊嚴，人的高貴

「天主將萬物置於基督的腳下，使祂作全教會的元首。」(弗一，22)

對經三

復活期外：

上主，祢從赤子乳兒口中，取得了完美的讚頌。

十二月二四日：

上主、萬有的天主說：明天你們必將獲救。

復活期：

一切都是你們的，你們却是基督的，而基督是天主的，阿肋路亞。

上主，我們的天主！+
祢的名在普世何其美妙，※
祢的尊榮在天上彰明閃耀！
　　祢從赤子乳兒口中，
　　取得了完美的讚頌，※
　　使祢的仇敵匿跡銷聲。
我仰觀祢親手所造的穹蒼，※
和祢滿佈在天空的星辰月亮，
　　世人算什麼，祢竟對他懷念不忘？※
　　凡人算什麼，祢竟對他眷顧周詳？
祢使他稍遜於天使，※
賜予他光榮和尊貴。
　　使他統治祢雙手的化工，※
　　讓萬物服從他的命令：
所有的羊和牛，※
以及田野間的走獸，
　　天空的鳥和海裏的魚，※
　　以及游行海中的水族。
上主，我們的天主！※
祢的名在普世何其美妙。

聖詠禱詞

無限光榮的造物主！祢賜給人治理大地的權柄；求祢幫助我們，常服從祢的旨意，承認祢的偉大。阿們。

短讀經 *伯後三，13-14*

我們按照主的許諾，等候那有正義常存的新天新地。因此，親愛的諸位，你們既然等候這事，就該勤奮努力，在祂面前度純潔無瑕的生活，得以跟祂和好，並要善用我們主的容忍，作為得救的機會。

對答詠

領：當我歌頌祢時，我的唇舌必要歡騰。
答：當我…
領：我的口必將歌頌祢的正義。
答：我的唇舌必要歡騰。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：當我…

讚主曲對經：

上主，求祢引領我們的腳步走上平安的道路。

禱詞

天主藉祂的聖子、給我們帶來了希望和生命。我們現在朝拜祂，並謙恭地祈求祂：

天主，求祢俯聽我們。

上主，萬民之父，祢使我們重見今日的曙光，開始新的一天，

— 求祢使我們和基督一同生活，

讚美祢、光榮祢。

祢賜給了我們信、望、愛

三種超性的美德，

— 求祢也使這些美德

常妥善保存在我們心中。

上主，願我們的眼目時常仰望祢，

— 使我們能敏捷地答覆祢的召喚。

求祢使我們遠離一切虛偽和邪惡，

— 保護我們，不致失足犯罪。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

全能永生的天主，祢是燦爛的眞光，永恒的旭日；在這大地初醒的清晨，祢驅散了象徵罪惡的黑暗。求祢帶著炫耀的光明來臨，照亮我們的心靈。

結束詞 *見常用經文*

日間祈禱

領：　天主，　求祢快來拯救我。
　　　願光榮歸於父。　起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩

午前

1. 至聖聖神，　敬請翩然光臨，
　偕聖父及聖子，　充滿我心。
2. 口舌與心靈讚頌聖神，
　五官與活力同聲歌吟；
　燃起愛的烈火，　照亮別人。
3. 回歸天父靠祢接引，
　追隨聖子也是祢的大恩，
　我們永遠相信，　祢是父與子的真神。
　阿們。

午時

1. 上主施大能，　萬物化生，
　宇宙的千變萬化，　早晨的曙光，
　午時的太陽，　莫不唯命是從。
2. 全能的造物主，
　求祢消滅邪惡的火燄，
　剷除人間的紛爭，
　賜我形體安康，　心靈享受真正的和平。
3. 至仁至慈的聖父，
　同性同體的聖子，　二者與聖神共融，
　統治大地人類，　萬世無窮。　阿們。

午後

1. 生命有磐石，　永恒的上主，
　時序雖常變，
　祢的慈光卻時常照耀萬物。
2. 黃昏已近，　我心無所求，
　只嚮往救主，　助祐我得到善終，
　賜我永享天福。
3. 聖父聖子聖神，　統治萬有的上主，
　不分大小先後，　萬世萬代，　同享榮福。
　阿們。

聖詠吟唱

聖詠 一一八，9-16: 默思上主的法律

復活期：
阿肋路亞， 阿肋路亞， 阿肋路亞。

對經一：
上主， 我讚美祢， 請照祢的誡命教訓我。

青年人如何才能守身如玉？ *
只有遵守祢的訓諭。
我一心尋求祢， *
不要讓我違背祢的規律。
我把祢的話藏在心裏， *
免得我得罪祢。
上主， 我讚美祢， *
請照祢的誡命教訓我。
我要以唇舌傳揚， *
祢親口頒佈的法令。
我喜愛遵行祢的法令， *
勝過各種財富。
我要默想祢的訓令， *
我要沉思祢的途徑。
我喜愛祢的法令， *
我決不忘記祢的言論。

聖詠 一一六：

上主， 求祢救我脫離惡人

「基督遠在血肉之身時… 獻上了祈禱， 而獲得俯允」（希五，7）

壹

對經二：
上主， 求祢使我的腳步緊隨祢的道路。

上主， 求祢聆聽我的申訴， +
注意我的哀號， *
傾聽我口中毫無虛偽的祈禱。
願祢明察， 判我勝訴， *
因祢的眼睛細察正直。
任憑祢察驗我的心靈， 夜間來視察我， *
用火鍛鍊我， 在我身上卻找不到邪惡。
我也決不口出惡言， 中傷他人， *
我常照祢的訓言， 迴避惡人的道路。

我的腳步緊隨祢的道路，　*
我的雙足絕不致滑倒顛仆。
　　天主，我向祢呼求，祢必應允我，　*
　　求祢側耳俯聽，俯聽我的訴說。
求祢彰顯祢奇妙的慈愛，　*
以大能從敵人手中拯救投靠祢的人。
　　求祢護衛我，有如眼中的瞳人，+
　　讓我藏身在祢的翼蔭下，　*
　　使我脫離謀害我的仇人。

　　貳

對經三：
上主，求祢起來，拯救我的靈魂。

那些企圖圍攻我的仇敵，+
絲毫沒有慈悲心腸，　*
他們滿口狂言。
　　他們追隨我，把我圍住，　*
　　瞪著眼要把我推倒。
好像準備撲食的猛獅，　*
又像蹲伏在暗處的幼獅。
　　上主，求祢起來迎擊，
　　把他們制服，　*
　　以祢的利劍，救我脫離惡徒。
上主，求祢親手救我脫離這些人，　*
脫離那以現世爲終身幸福的愚民。
　　祢以珍肴塡滿了他們的口腹，+
　　他們多子多孫而心滿意足，　*
　　又給他們的兒孫留下財富。
至於我，我卻因正義得見祢的慈顏。　*
願我醒來時，能以仰瞻祢爲幸福。

午前

短讀經　*伯前一，13-14*
　　你們要準備好，提高警覺，把希望完全寄托在耶穌基督顯現時，帶給你們的恩寵上；要做孝順的子女，不要迎合你們的私慾，像往日那樣愚昧。

領：上主，求祢使我認識祢的法度，
答：求祢教訓我履行祢的道路。

結束禱詞

主、聖父、信實的天主，祢為召集因罪失散的人，曾派遣恩許之神降來；求祢使我們在世界上，促進團結與和平。

結束詞

領：請讚美上主。
答：感謝天主。

午時

短讀經 *伯前一，15-16*

你們要像召叫你們的聖者一天主一樣，在一切行為上都是聖的。經上記載：「你們都該是聖潔的，因為我是聖潔的」。

領：上主，願祢的祭司宣揚正義，
答：願祢的聖民喜氣洋溢。

結束禱詞

全能仁慈的天主，感謝祢賜給我們午間這片刻的喘息；求祢垂顧我們正在進行中的工作，彌補我們的過失，使能遵照祢的旨意，予以完成。

結束詞 *如午前*

午後

短讀經 *雅四，7-8a, 10*

你們要服從天主，對抗魔鬼，魔鬼必會遠遁；你們親近天主，天主就親近你們。你們在上主面前自謙自卑，祂就會提拔你們。

領：天主的眼睛關注那敬畏祂的人，
答：祂的雙目眷顧那依靠祂仁慈的人。

結束禱詞

天主，祢的聖子為救贖人類，甘願在十字架上伸開雙手，任人擺佈；求祢使我們的一切作為能博得祢的歡心，藉以向世人宣揚祂的救世大業。

結束詞 *如午前*

夜　禱

主日及節日　*第一晚禱後*

開端詞

領：　天主，　求祢快來拯救我。
答：　上主，　求祢速來扶助我。
領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
答：　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
　　　阿們（阿肋路亞）。

然後可作省察，　團體誦念時，　可在此插入彌撒開始時用的懺悔儀式。

讚美詩

復活期外

1. 日落西山，　夜幕低垂，
   仁慈的天父，　求祢保祐我們一夜平安。
2. 求賜身體健康，　精神振作，
   在基督的帶領下，　修德行善，
   孜孜不倦。
3. 形體需要睡眠，　心靈不忘事主，
   曙光再臨時，
   歌頌慈恩，　迎接美好的一天。
4. 光榮歸於父，　及子及聖神，
   唯一眞主，　至聖聖三，　直到永遠。
   阿們。

復活期

1. 耶穌，　世界的救主，　至高天父的聖言，
   來自光明的光明，　我們需要祢的保護。
2. 耶穌，　萬物的創造者，　祢劃分時光，
   以深夜的寧靜，　掃除肉身的勞苦。
3. 人生雖短，　負擔沉重，
   助我在安息中，　體力完全恢復。
4. 身體即將就寢，　心靈仍要醒寤，
   免受邪惡的陷害：
   我們都是祢寶血所救贖。
5. 光榮歸於祢，　耶穌，　祢克服了死亡，
   偕父及聖神，　永遠享受榮福。　阿們。

聖詠吟唱

聖詠 四： 謝恩

「上主使祂從死者中復活，令人嘆為觀止。」

（聖思定）

對經一：

上主，求祢憐憫我，俯聽我的祈禱。

復活期：

阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

公義的天主！我一呼求祢，
祢就俯允了我，＊
我在困苦中，祢曾安慰了我；
　　上主，求祢憐憫我，＊
　　俯聽我的祈禱。
世人！你們心硬要到何時？＊
你們貪虛幻，愛說謊，何時停止？
　　要知道：上主召選我作祂的僕人，＊
　　我一呼求祂，祂就俯允。
你們應戰戰兢兢，不要作惡；＊
靜夜就寢時，要捫心思過。
　　要奉上當獻的祭物，＊
　　要全心信靠上主。
許多人說：「誰能使我們幸福？」＊
上主！願祢向我們顯示慈顏。
　　祢曾賞賜我滿心歡喜，＊
　　勝過五穀豐登，美酒滿溢。
上主，我一躺下，就安然入睡，＊
因為祢使我平安順遂。

聖詠 一三三： 聖殿中的晚禱

「你們敬畏天主的眾僕人！無論大小尊卑，請讚美我們的天主！」（默一九，5）

對經二：

請徹夜讚頌上主。

上主的眾僕人，請來讚美上主！＊
夜間侍立在上主殿中的人，請讚美上主！
　　請向聖所舉手祈禱，＊
　　讚美上主！

願創造天地的上主， *
由熙雍降福你們。

短讀經　*申 六，4-7*

以色列！你們要聽：上主，我們的天主，是唯一的天主。你們當全心、全靈、全力，愛上主，你們的天主。我今天吩咐你們的這些話，你們要牢記在心，並將這些話，傳授給你們的子女。你們或居家，或行路，或臥或立，要常默思這些話。

對答詠

復活期外

領：上主，我把靈魂交在祢手裏。
答：上主…
領：上主，信實的天主，祢拯救了我們。
答：我把靈魂交在祢手裏。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

復活節八日慶期

這是上主安排的一天，我們要歡欣鼓舞，阿肋路亞。

復活期內

領：上主，我把靈魂交在祢手裏，
　　阿肋路亞。
答：上主…
領：上主，信實的天主，祢拯救了我們。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

聖歌　*路二，29-32*

對經：

上主，我們醒寤時，求祢常幫助我們與基督一起醒寤；我們睡眠時，求祢保祐我們獲得安眠。(復：阿肋路亞)

上主，現在可照祢的話， *
放祢的僕人平安去吧！

因為我已目睹， *
祢為萬民準備的救主，
就是啓示列邦的光明， *
以色列子民的光榮。

結束禱詞

主日及復活節八日慶期內

上主，求祢今夜來看顧我們，使我們依靠祢的力量，黎明即起，歡欣慶祝祢聖子基督的復活。祂是天主，永生永王。

主日以外的節日

上主，求祢光臨我們家中，驅逐陷害人的惡魔；願祢的聖天使守護我們一夜平安，求祢也常常降福我們。以上所求是靠祢的子，我們的主天主、耶穌基督，祂和祢及聖神，永生永王。

降福

願全能的上主使我們圓滿地結束這一天，恩賜我們一夜平安。

答：阿們。

聖母對經　*見 314 頁*

主日及節日　*第二晚禱後*

領：天主，求祢快來拯救我。
　　願光榮歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩　*見 299 頁*

聖詠吟唱

聖詠九十：在至高者的保護下

「我已授予你們權柄，使你們能踐踏蛇蝎。」

（路十，19）

對經：

祂要用翅膀蔭庇你；黑夜的恐怖，將不會使你怕懼。

復活期：

阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

居住在至高者的護祐下， *
棲身在全能者蔭庇下的人，

要對上主說：

「我的天主！祢是我的避難所，　*

祢是我的保障，我要投靠祢。」

祂定要救你脫離獵人的陷阱，　*

救你擺脫仇人的惡計。

祂要用自己的翅膀蔭庇你，　*

你要投奔到祂羽翼之下。

祂的信實好像盾牌和盔甲衛護你，　*

黑夜的恐怖，將不會使你怕懼。

白天你也不怕亂箭的攻擊，　*

夜間流行的瘴癘，中午致命的瘟疫。

縱有千人倒斃在你的身邊，+

萬人氣絕在你的右邊，　*

災禍決不會到你面前。

只要你睜開眼睛，+

就會看見惡人遭到報應，　*

因為你以上主為避難所。

你以至高者天主，作為碉堡，+

災禍就不會降到你的身上，　*

凶惡也不會威脅你的營帳。

因為祂必為你派遣天使，　*

在你要走的每條路上保護你；

他們要左右扶持著你，　*

免得你的腳碰在石頭上。

你可從豺狼虎豹身上走過，　*

你可踐踏猛獅和毒蛇。

上主說：因為他依靠我，我必拯救他，　*

他既承認我的名，我必要保護他。

他呼求我，我必俯允他，+

他有困苦，我必和他在一起，　*

我定要拯救他，光榮他。

使他延年益壽，　*

讓他看到我的救贖。

短讀經　*默二二，4-5*

上主的眾僕人都要瞻仰祂的聖容；祂的名字寫在他們的頭上；從此不再有黑夜；他們也不需要燈光或日光，因為上主天主要光照他們。他們必要為王，萬世無疆。

對答詠

復活期外

領：上主，我把靈魂交在祢手裏。
答：上主…
領：上主、信實的天主，祢拯救了我們。
答：我把…
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

聖週三日慶典

基督為我們自謙自卑，服從至死，（*聖週五加念：*）且死在十字架上，（*聖週六加念：*）因此，天主高高舉揚了祂，賜給了祂一個名字，超越所有的名字。

復活節八日慶期內

這是上主安排的一天，我們要歡欣鼓舞，阿肋路亞。

復活期

領：上主，我把靈魂交在祢手裏，
阿肋路亞，阿肋路亞。
答：上主…
領：上主、信實的天主，祢拯救了我們。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

聖歌 *路二，29-32*

對經：
上主，我們醒寤時，求祢幫助我們與基督一起醒寤；我們睡眠時，求祢保祐我們獲得安眠。（復：阿肋路亞）

上主，現在可照祢的話，＊
放祢的僕人平安去吧！
因為我已目睹，＊
祢為萬民準備的救主，
就是啓示列邦的光明，＊
以色列子民的光榮。

結束禱詞

主日及復活節八日慶期內

我們的天父，我們今天慶祝了主復活的奧跡，求祢俯聽我們卑微的祈禱，保護我們免遭災禍，賞賜我們一夜安眠，清晨能與旭日同起，歡唱讚頌祢。以上所求是靠祢的子，我們的主天主、耶穌基督，祂和祢及聖神，永生永王。

主日以外的節日及聖週三日慶典

上主，求祢光臨我們家中，驅逐陷害人的惡魔；願祢的聖天使守護我們一夜平安，求祢也常常降福我們。以上所求是靠祢的子，我們的主天主、耶穌基督，祂和祢及聖神，永生永王。

降福

願全能的上主，使我們圓滿地結束這一天，恩賜我們一夜平安。

答：阿們。

聖母對經 *見 314 頁*

星期一

領：天主，求祢快來拯救我。
願光榮歸於父，起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩 *見 299 頁*

聖詠吟唱

聖詠 *八五：貧困者在逆境中的祈禱*

「天主在各種磨難中常安慰我們，願祂受讚美。」（格後一，3, 4）

對經：

主天主，祢寬容堅忍，慈悲為懷。

復活期：

阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

上主，求祢側耳聽我，*
因為我困苦貧窮。
求祢保護我的靈魂，+
因為我對祢虔誠，*
求祢拯救那仰賴祢的僕人。

我的天主，求祢憐憫我，*
上主，我整天呼求祢；
求祢使祢的僕人歡喜，*
上主，我的心靈仰賴祢。
上主，祢實在良善寬仁，*
以仁慈厚待呼求祢的人。
上主，求祢俯聽我的祈禱，*
細聽我的哀告。
患難之日，我向祢呼救，*
祢定會俯允我的祈求。
上主，沒有一個神明相似祢，*
沒有任何作為可與祢的相比。
上主，祢創造的萬民齊來欽崇，*
歌頌讚揚祢的名。
祢偉大無比，施行奇蹟，*
祢是獨一無二的天主。
上主，求祢指給我祢的途徑，+
我必照祢的真道進行，*
使我一心敬畏祢的名。
我的天主，我要全心向祢歌頌，*
上主，我要永遠光榮祢的聖名。
因為祢對我的仁慈，偉大無邊，*
拯救我的靈魂，免陷陰間。
天主，傲慢的人起來攻擊我，+
一群強橫的人想謀害我的性命，*
他們絲毫不把祢放在眼中。
上主，祢却是良善慈悲的天主，*
極其寬仁而信實，不輕易發怒。
求祢垂視我，憐憫我，+
賜給祢的僕人活力，*
援救祢婢女的兒子；
求祢顯示祢愛我們的憑證，+
使仇人一見就感到慚愧，*
上主，因為祢寬容堅忍，
救助我，安慰我。

短讀經 *得前五，9-10*

天主簡選我們，是要我們藉我們的主耶穌基督、獲得救恩；祂替我們死了，使我們不論醒寤或睡眠，都同祂一起生活。

對答詠 *見312頁*

星期二

領：天主，求祢快來拯救我。
　　願光榮歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩　*見 299 頁*

聖詠吟唱

聖詠 一四二：*危難中的祈禱*

「人成義，不是靠遵守法律，而是靠信仰耶穌基督。」

對經：
求祢不要轉面不顧我，因為我全心信賴祢。

復活期：
阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

上主，求祢俯聽我的祈禱，+
側耳聆聽我的哀號，*
憑祢的眞誠和正義俯允我。
　　請不要審訊祢的僕人，*
　　因爲衆生在祢面前不得稱爲義人。
仇人迫害我，摧殘我的生命，*
置我於幽谷，視我如死人；
　　因而我的精神委靡不振，*
　　我的心靈惶恐不安。
我回憶以往的時日，+
追念祢的一切奇事，*
凝思祢手中的作爲。
　　我不禁向祢伸開雙手，+
　　我心渴望祢，*
　　有如旱田之望甘雨。
上主，求祢快來俯聽我，*
我的精神已經委靡。
　　不要對我轉面不顧，*
　　免得我像別人一樣陷入陰府。
我全心仰賴祢，*
請使我清晨得蒙祢的憐愛。
　　我舉心嚮往祢，*
　　讓我認識應走的道路。

上主，我一心投靠祢，*
請救我擺脫我的仇敵。
　　祢是我的天主；+
　　求祢教導我奉行祢的旨意，*
　　願祢的善神引導我走上坦途。
上主，爲了祢的名，請使我生存，*
憑祢的公義，請救我脫離憂患。

短讀經 *伯前五，8-9*

你們要節制、要警覺，因爲你們的仇敵——魔鬼，如同咆哮的獅子巡行各處，尋找可吞噬的人；你們要用堅強的信德抵擋牠。

對答詠 *見 312 頁*

星期三

領：天主，求祢快來拯救我。
　　願光榮歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩 *見 299 頁*

聖詠吟唱

聖詠 三零，1-6

「父，我把靈魂交在祢手裏。」（路二三，46）

對經一：
天主，求祢作我的保護者和避難所

復活期：
阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

上主！我投靠了祢，永遠不會受辱；*
祢是公義的，求祢拯救我。
　　求祢側耳聽我，*
　　速來拯救我。
上主，求祢作我避難的磐石，*
我安全的居室。
　　因爲祢是我的力量，我的避難所；*
　　爲了祢的名，求祢領導我，指教我。
求祢拯救我脫離給我暗設的陷阱，*
因爲祢是我的保護者。
　　我把靈魂交在祢手裏；*
　　上主，信實的天主，祢拯救了我。

聖詠 一二九：*我從深淵呼救*

「祂要把自己的子民，從罪惡中拯救出來。」

（*瑪一，21*）

對經二：
上主，我從深淵呼求祢。+

上主，我從深淵呼求祢，+
+我主，求祢俯聽我的哀告，*
側耳諦聽我的祈禱。
　　上主，祢若細察人的罪辜，*
　　我主，又有誰還能站得住？
然而祢一向寬恕為懷，*
我們對祢起敬起愛；
　　我在期待，我的心靈期待上主，*
　　期待上主的諾言。
我的心靈期待上主，勝於更夫待旦，*
遠勝於巡夜的人等待曙光出現。
　　以色列，你要仰賴上主，*
　　因為上主慈悲為懷，樂於救贖。
祂必拯救以色列，*
脫離一切罪惡。

短讀經　*弗四，26-27*
　你們不可犯罪，不可含怒到日落，不要讓魔鬼乘隙而入。

對答詠　*見 312 頁*

星期四

領：天主，求祢快來拯救我。
　　願光榮歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩　*見 299 頁*

聖詠吟唱

聖詠 一五：*上主是我的基業*

「上主解除了耶穌死亡的痛苦，使祂復活了。」

（*宗二，24*）

對經：
我的肉軀必無憂安眠。

復活期：

阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

天主，求祢保祐我，＊
因為祢是我的寄託。
　　我對上主說：「祢是我的上主，＊
　　沒有祢，我就沒有幸福。」
對世上的賢者聖徒，＊
我內心是多麼傾慕！
　　人們皈依了其他的神明，＊
　　必然痛苦倍增；
我絕不向他們奉獻血祭，＊
他們的名字，我也絕口不提。
　　上主，祢是我的產業，我的一切，＊
　　是祢掌握著我的命運。
祢給我劃分的是優美的地區，＊
我分得的產業實在令我滿意。
　　我要讚頌引導我的上主，＊
　　我的良知連夜間也督促我。
我時刻定睛仰望著上主，＊
有祂在我身邊，我決不動搖。
　　因此我心裏高興，五內喜歡，＊
　　我的肉軀也無憂安眠。
因為祢絕不會將我遺棄在陰間，＊
也不會讓祢的聖者遭受腐朽。
　　祢必要指示給我生命之道，＋
　　在祢面前才有圓滿的喜悅，＊
　　在祢身邊才有永遠的福樂。

短讀經　*得前五，23*

　　願賜平安的天主親自完全聖化你們，將你們整個的人一靈魂和肉身，保持得無瑕可指，以待我們的主耶穌基督的來臨。

對答詠　*見312頁*

星期五

領：天主，求祢快來拯救我。
　　願光榮歸於父。起初如何。（阿肋路亞）

讚美詩　*見299頁*

聖詠吟唱

聖詠八七：重病者的祈禱

「現在是你們的時刻，是黑暗當權的時刻。」

（路二二，53）

對經：

上主，我日間向祢求助；夜晚向祢呼籲。

復活期：

阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

上主，我的天主，我的救助， *
我晝夜向祢哀呼。
　　願我的祈禱上達於祢面前， *
　　求祢側耳俯聽我的呼喊。
因為我的心靈備嘗憂患， *
我的性命已接近了陰間。
　　人們以為我已經行將就木， *
　　我已是走投無路。
我的床舖已設置在死人中間， *
像陣亡者躺在墓中常眠；
　　祢已經不再記念， *
　　祢的手也不再照管。
祢把我投入幽暗的深坑， *
扔進暗無天日的深淵中。
　　祢的憤怒重壓著我， *
　　祢的怒濤把我淹沒。
祢使我的知己離去， *
使我為他們所嫌棄。
　　我被拘留，不能逃走， *
　　我悲痛逾恆，雙目失明。
上主，我整天向祢祈求， *
舉起雙手向祢呼救。
　　祢豈要給死人發顯奇跡？ *
　　陰魂難道能起來稱讚祢？
墳墓之中，誰會稱述祢的仁慈？ *
喪亡之地，誰會宣揚祢的信實？
　　黑暗之處，有誰知道祢的奇蹟？
　　遺忘之地，有誰曉得祢的正義？
上主，我現在向祢呼號， *
清晨向祢獻上我的祈禱。

上主，祢為什麼摒棄我？ *
為什麼轉面不看我？
我自幼貧苦，幾乎死去， *
備受祢的威嚇，恐懼驚惶；
祢的震怒將我淹沒， *
祢的威嚇將我毀滅；
整天像洪水般將我圍困， *
將我緊緊包圍，不能脫身；
祢使我的親友遠離， *
黑暗成了我的伴侶。

短讀經 *耶一四，9*

上主，祢常在我們中間，我們是歸於祢名下的人；主，我們的天主，求祢不要離棄我們。

對答詠

復活期外

領：上主，我把靈魂交在祢手裏。
答：上主…
領：上主、信實的天主，祢拯救了我們。
答：我把…
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

復活期內

領：上主，我把靈魂交在祢手裏，
阿肋路亞，阿肋路亞。
答：上主…
領：上主、信實的天主，祢拯救了我們。
答：阿肋路亞，阿肋路亞
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

聖歌 *路二，29-32:*

基督是萬民的真光，是以色列的榮耀

對經：

上主！我們醒寤時，求祢幫助我們與基督一起醒寤；我們睡眠時，求祢保祐我們獲得安眠。（復：阿肋路亞）。

上主！現在可照祢的話，*
放祢的僕人平安去吧！
因為我已目睹，*
祢為萬民準備的救主，
就是啓示列邦的光明，*
以色列子民的光榮。

結束禱詞

星期一

上主，求祢賞賜我們今夜身心獲得充分的休息，願我們今日所完成的工作，能為我們得到永恒的收穫。

星期二

仁慈的上主，求祢為我們驅逐這長夜的黑暗，恩賜我們（全家）一夜安眠，明天清晨能愉快地醒來，歌頌祢的聖名。

星期三

溫良而心謙的主耶穌基督，祢加給我們的軛易於肩負，祢賜給我們的擔子也易於挑起。求祢收納我們今天的工作與祈禱，並賜給我們需要的休息，使我們明天能更有精力侍奉祢。祢是天主，永生永王。

星期四

主天主，我們在一天的工作之後，已筋疲力盡；求祢賞賜我們能藉此整夜的安眠，恢復精力，使我們在祢不斷的助祐下，身心保持健康，忠誠為祢服務。

星期五

全能的天主，祢的聖子曾忍受死亡並被埋葬；求祢恩賜聖寵幫助我們，藉著信德能與祂合而為一，使我們也能與祂一起復活，獲得新生命。祂是天主，永生永王。

降福

願全能的上主使我們圓滿地結束這一天，恩賜我們一夜平安。

答：阿們。

聖母對經

母后萬福 (Salve Regina)

母后萬福！仁慈的母親；我們的生命，我們的甘飴，我們的希望。厄娃子孫，在此塵世，向您哀呼。在涕泣之谷，向您嘆息哭求。我們的主保，求您回顧，憐視我們，一旦流亡期滿，使我們得見您的聖子，萬民稱頌的耶穌。童貞瑪利亞，您是寬仁的，慈悲的，甘飴的。天主聖母，請為我們祈求，使我們堪受基督的恩許。

救主之母(Alma Redemptoris Mater)

大哉救主之母！您是天國之門，世海之星，求您扶助行將墮落的人，奮起前進，您接受佳播天使的問候，超乎自然地生育了創造您的主宰，畢生保持著童身，求您垂憐我們罪人。

萬福，天上母后(Ave Regina Coelorum)

萬福，天上母后！萬福，天使主母！萬福，葉瑟之根！萬福，天國之門！照世真光從您發出。榮耀貞女，美麗絕倫，請您踴躍歡欣！萬福，光輝燦爛的貞女，請為我們轉求基督。

復活期用

天上母后 (Regina Caeli)

天上母后，歡樂吧！阿肋路亞。
因為您親生的愛子，阿肋路亞，
正如祂所預言，已經復活了，阿肋路亞。
請為我們祈求天主，阿肋路亞。
童貞瑪利亞，歡樂吧！阿肋路亞。
因為主真復活了，阿肋路亞。

也可唱聖母經

季節專用部分

教會禮儀季節共分

將臨期：　自將臨第一主日至聖誕節。
聖誕期：　自聖誕節至主受洗節。
四旬期：　自聖灰禮儀日至復活節。
復活期：　自復活節至聖神降臨。
常年期：　其他時期。

將臨期

將臨期主日

第一晚禱

讚美詩　*見將臨期專用 11 頁*

聖詠、對經　*見聖詠集*

短讀經　*得前五，23-24*

但願賞賜平安的天主，親自在各方面聖化你們，使你們整個人—心靈和肉體，在我們的主耶穌基督來臨時，能保持無可指摘。召叫你們的那位是信實的，祂必然付諸實行。

對答詠

領：上主，求祢把祢的仁慈顯示給我們。
答：上主…
領：求祢把祢的救恩賞給我們。
答：顯示給我們。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經

1. 請看，上主將由遠方而來，祂的光輝充滿整個世界。

或：

2. 上主，求祢來臨，帶給我們平安，使我們的心地純潔，在祢面前踴躍歡欣。

禱詞

基督是所有仰望祂的人喜樂的泉源，我們現在向祂呼求：

主，求祢快來，不要遲延。

我們欣然期待祢的來臨，
— 主耶穌，求祢快來。
祢萬古常存，
— 求祢現在就來拯救我們。
祢創造了世界和世上的人類，
— 求祢來救贖祢手中的工程。

祢未曾懼怕攝取我們有死的人性，
— 求祢拯救我們脫離死亡的控制。
祢來是爲使我們獲得更豐富的生命，
— 求祢給我們帶來永遠的生命。
祢願意所有的人都聚集在祢的神國裏，
— 求祢來聚集所有期望仰瞻祢聖容的人。

我們的天父， 願祢的名受顯揚； 願祢的國來臨； 願祢的旨意奉行在人間， 如同在天上； 求祢今天賞給我們日用的食糧； 求祢寬恕我們的罪過， 如同我們寬恕別人一樣； 不要讓我們陷於誘惑， 但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

序經對經 *見 2 頁*

晨　禱

短讀經 *羅一三，11-12*

現在正是我們由睡夢中醒來的時候， 因爲我們的救恩現在已比我們初信時候更接近了。 黑夜將去， 白日已近， 所以我們要除去黑暗的行爲， 佩帶上光明的武器。

對答詠

領： 基督， 永生天主之子，
求祢垂憐我們。
答： 基督…
領： 祢就是要來到世界的那位。
答： 求祢垂憐我們。
領： 願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
起初如何， 今日亦然， 直到永遠。
答： 基督…

讀主曲對經

1. 瑪利亞， 聖神要降臨到你身上； 不要害怕， 你將孕育天主之子， 阿肋路亞。

或：

2. 請看， 我派遣我的使者， 在你的面前預備我的道路。

禱詞

天主聖父恩賜我們等待主耶穌基督的出現。現在我們向祂祈禱：

上主，求祢向我們顯示祢的寬仁。
上主，求祢聖化我們的心靈和肉體，
— 保全我們在祢聖子來臨時，無可指摘。
求祢使我們今天度一個聖潔的生活，
— 並使我們奉公守法，善度今生。
求祢賞賜我們披戴上我們的主耶穌基督，
— 並充滿聖神。
上主，求祢使我們常常醒寤，
— 等待著祢聖子光榮地顯現。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

全能的天主，求祢激發我們的心志，使我們能邁向正義，以迎接基督的來臨；使我們得蒙召選，常在祂左右，以獲享天國永福。

或：

上主，求祢以聖寵傾注在我們心中；祢曾藉天使的傳報，使我們得悉祢的聖子就要降生人間，也求祢使我們仰賴祂的苦難與十字架，獲享復活的光榮。

第二晚禱

短讀經 *斐四，4-5*

我們要在主內常常喜樂，我再說一次：你們應當喜樂。要使眾人知道你們的寬厚；主已經臨近了。

對答詠

領：上主，求祢把祢的仁慈、
顯示給我們，
答：上主…

領：　把祢的救恩賜給我們。
答：　顯示給我們。
領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
　　　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
答：　上主…

謝主曲對經

1. 瑪利亞，　不要害怕，　你在天主跟前獲得了寵幸；　請看，　你將懷孕生子，　阿肋路亞。

　　或：

2. 瑪利亞，　你是有福的，　因為你相信：　上主傳給你的話，　必要在你身上完成，　阿肋路亞。

禱詞

我們的救主耶穌基督就是道路、　眞理和生命，　現在我們懇切地祈求祂：
　主，　求祢來同我們一起住下。
至高者之子、　耶穌，　佳播天使已把祢的降臨、　傳報給童貞瑪利亞，
— 求祢來作祢子民永久的君王。
祢是天主的聖者，　前驅若翰在聖麗莎的腹中曾爲祢歡喜踴躍，
— 求祢來臨，　把救恩的喜樂賜給全世界。
救主耶穌，
祢的聖名曾由天使啓示給義人若瑟，
— 求祢來拯救祢的子民脫離罪惡。
祢是西默盎和所有義人所期待的世界之光，
— 求祢來安慰我們。
祢是匝加利亞所預言，
由高天向我們永遠照耀的旭日，
— 求祢來光照那些坐在死影中的人們。

我們的天父，　願祢的名受顯揚；　願祢的國來臨；　願祢的旨意奉行在人間，　如同在天上；　求祢今天賞給我們日用的食糧；　求祢寬恕我們的罪過，　如同我們寬恕別人一樣；　不要讓我們陷於誘惑，　但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見晨禱*

將臨期： 星期一

序經對經 見 2 頁

晨　禱

短讀經　依二，3

來吧！讓我們一同攀登上主的聖山，往雅格的天主的殿裏去；祂將教給我們祂的道路，我們也將走上祂的途徑：因爲法律將出自熙雍，上主的話也來自耶路撒冷。

對答詠

領：耶路撒冷啊，上主將照耀你。
答：耶路撒冷啊…
領：祂的榮耀也將顯示在你身上。
答：上主將照耀你。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：耶路撒冷啊…

讀主曲對經

1. 耶路撒冷啊，請舉目觀看君王的大能：請看，救主就要來臨，為你解除鎖鏈。

或：

2. 主說：你們悔改吧！因為天國已經臨近了，阿肋路亞。

禱詞

主基督是永生天主之子，出自光明的光明，祂要領我們進入光明，使我們見到祂的正義。我們要懷著依恃之情，向祂祈禱：

主耶穌，求祢來臨！

基督，祢是爲驅散我們的昏暗而升起的永恒之光，
— 求祢從睡夢中喚起我們的信德。
求祢使我們因祢的光輝感到舒暢，
— 平安地度過今天。
求祢教導我們常以良善待人，
— 在衆人面前，成爲祢福音的見證。
求祢來給我們創造一個新的世界，
— 使人間常存有和平與正義。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主、我們的天主，求祢賞賜我們一顆殷切期待的心，以便祢的聖子基督來臨、敲我們的心門時，發現我們正在清醒地祈禱，歡欣踴躍地讚美祂。

或：

上主，願我們的祈禱蒙祢俯允；請激發祢的僕人們的熱誠、眞切的願望，準備我們的心靈，以慶祝祢唯一聖子降生的奧蹟。

晚禱

短讀經 *斐三，20b-21*

我們等待著主耶穌基督、我們的救主；祂要運用那使一切屈服於祂的大能，改變我們卑微的肉軀，相似祂光榮的身體。

對答詠

領：上主，萬軍的天主，
　　求祢來拯救我們，
答：上主…
領：請顯示祢的聖容，使我們獲得救恩。
答：求祢來拯救我們。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經

1. 主的天使報告瑪利亞，她就因聖神受孕，阿肋路亞。

或：

2. 請看，君王就要來到，祂是世界的主宰，祂要親自解除我們奴役的軛。

禱詞

主要來拯救我們，
我們該懇切地向祂呼求：
　求祢快來拯救我們。
主耶穌，天主的受傅者，萬民的救主，
— 求祢快來拯救我們。
祢已來到這世界上，
— 求祢救我們遠離人世的罪過。
祢從父那裏降來，
— 求祢指給我們得救的道路，
　使我們回到父那裏去。
祢曾因聖神降孕，
— 求祢也因同一聖神，
　藉祢的聖言再造人心。
祢由童貞瑪利亞懷中取得了人性，
— 求祢使我們能分享祢永生的天主性。
上主，求祢記念所有去世的人，
— 就是自古仰望祢的人們。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見晨禱*

將臨期：星期二

序經對經　*見2頁*

晨　禱

短讀經　*創四九，10*

權杖不離猶太，柄杖不離他的腳間，直到那被派遣者來到；祂是萬民的期望。

對答詠

領：耶路撒冷啊！上主將照耀你。
答：耶路撒冷⋯
領：祂的榮耀也將顯示在你身上。
答：上主將照耀你。

領：　願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：　耶路撒冷…

讀主曲對經

1. 一條嫩枝將由葉瑟的樹幹出生，上主的榮耀也將充滿大地；凡有血肉的都將見到天主的救援。

　　或：

2. 上主說：熙雍女子，歡欣踴躍吧！因為我要來住在你那裏。

禱詞

全能的天主聖父，爲了拯救祂的子民，將再次伸出援手。現在我們向祂哀禱：
　上主，願祢的國來臨。
上主，求祢恩賜我們結出悔改的果實，
— 爲迎接祢即將來臨的聖子，
　建立祢的王國。
上主，求祢在我們心中爲祢即將來臨的聖子準備道路。
— 使祂的榮耀彰顯在我們身上。
求祢夷平我們的高傲，
— 彌補我們的各種缺陷。
求祢拆除民族分裂與仇恨的牆壁，
— 也爲所有的人修築和睦的坦途。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，仁慈的天主，求祢俯允我們的哀禱，助祐我們於困苦之中；使我們因祢聖子的親臨人間而感到寬慰，不再爲舊日的罪惡所玷污。

　　或：

天主，祢向舉世人類宣佈了救恩的來臨；求祢使我們以歡欣鼓舞的心情，期待祢聖子光輝燦爛的誕辰。

晚禱

短讀經　*參照格前一，7b-9*

我們等待我們的主耶穌基督的顯現，祂必將堅定我們貫徹到底，使我們在主耶穌基督來臨的日子，無瑕可指；天主是信實的，我們都由祂所召，分享祂聖子的生命。

對答詠

領：上主，萬有的天主，
　　　求祢來拯救我們。
答：上主…
領：請顯示祢的聖容，使我們獲得救恩。
答：求祢來拯救我們。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經

1. 趁著上主還可以找到，你們尋找祂吧！趁著祂還在近處，你們呼求祂吧！阿肋路亞。

　　或：

2. 曠野裏有呼號的聲音說：你們要預備上主的道路，修直我們天主的途徑。

禱詞

永生的聖言藉著祂降生成人的奧跡，給我們打開一條嶄新而生活的道路，直達天廷。我們謙恭地向祂呼求：

　主，求祢來拯救我們。

天主，我們靠祢而生活、行動和存在，
— 求祢來啓示我們，
　我們常是屬於祢的子民。
祢離我們已經不遠，
— 求祢快把祢自己顯示給所有尋找祢的人。
祢是窮困者的慈父，悲痛者的安慰，
— 求祢使俘虜獲得自由，
　憂苦者感到喜樂。
祢憎恨死亡，喜愛生命，
— 求祢拯救我們和所有亡者脫免永死。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

將臨期：星期三

序經對經 *見 2 頁*

晨禱

短讀經 *依七，14b-15*

請看，將有一位貞女懷孕生子，祂的名字叫厄瑪努爾；祂要吃乳酪和蜂蜜，直到祂知曉棄惡擇善的時候。

對答詠

領：耶路撒冷啊，上主將照耀你。

答：耶路撒冷啊…

領：祂的榮耀也將顯示在你身上。

答：上主將照耀你。

領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。

答：耶路撒冷啊…

讀主曲對經

1. 在我以後要來一位比我更強的，我連給他解鞋帶子也不配。

　或：

2. 默西亞要坐在達味的御座上，統治他的王國，直到永遠，阿肋路亞。

禱詞

天主的聖言決意住在我們中間，為使我們看見祂的光榮；我們懷著這樣的希望，高興地歡呼：

厄瑪努爾！願祢與我們同在。

公義正直的君王，

— 求祢恢復窮人和被壓迫者的權利。

和平之王，祢將刀劍鑄成鋤頭，
把槍矛製成鐮刀，
— 求祢使嫉妒變爲愛心，
使侮辱變成寬恕。
祢不憑人的外貌施行審判，
— 求祢保護那些眞正屬於祢的人。
當祢帶著威能乘雲降來時，
— 請使我們能無恐無懼地站在祢面前。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，我們的天主，請以祢無限神妙的德能，強化我們的心靈；使我們日後於祢聖子、基督光榮地來臨時，在永生的喜宴上，堪當接受祂的親自款待，飽饗天上的佳肴美酒。

或：

全能仁慈的天主，祢曾命令我們要爲主基督開路；求祢使我們因蒙受天上靈醫的親臨撫慰，不再因信心薄弱而有所困擾。

晚禱

短讀經 *格前四，5*

時候還沒有到，你們不要妄下判斷；等到主來時，祂必將揭發暗中的隱情，暴露人心的計謀；那時候每個人要從天主那裏獲得稱讚。

對答詠

領：上主，萬有的天主，
求祢來拯救我們。
答：上主…
領：請顯示祢的聖容，使我們獲得救恩。
答：求祢來拯救我們。

領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
　　　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
答：　上主…

謝主曲對經

1. **法律將出自熙雍，　上主的話將出自耶路撒冷。**

　或：

2. **熙雍女子，　你要洗心革面，　必將看見那位要到你這裏來的義者。**

禱詞

天主父派遣了祂的聖子，　給我們帶來無窮的平安；　我們懇切祈求祂：

　上主，　願祢的國來臨。

至聖的父，　求祢眷顧祢的教會，
— 快來看顧祢右手種植的葡萄園。
信實的天主，　求祢記念亞巴郎的子孫，
— 成全祢向他們祖先所應承的恩許。
寬仁的天主，　求祢垂顧萬民，
— 使他們都歌頌祢的仁慈。
永恒的善牧，　求祢照顧祢的群羊，
— 將他們聚集在祢的牧場。
求祢也記念所有在祢平安中離開此世的人，
— 讓他們與祢的聖子一同進入光榮。

我們的天父，　願祢的名受顯揚；　願祢的國來臨；　願祢的旨意奉行在人間，　如同在天上；　求祢今天賞給我們日用的食糧；　求祢寬恕我們的罪過，　如同我們寬恕別人一樣；　不要讓我們陷於誘惑，　但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見晨禱*

將臨期：　星期四

序經對經　*見 2 頁*

晨　禱

短讀經　*依 四五，8*

諸天哪！ 請滴下甘露， 願雲彩降下義人； 願大地裂開， 生出救主， 正義也一同出生。

對答詠

領： 耶路撒冷啊， 上主將照耀你。
答： 耶路撒冷啊…
領： 祂的榮耀也將顯示在你身上。
答： 上主將照耀你。
領： 願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
　　　起初如何， 今日亦然， 直到永遠。
答： 耶路…

讀主曲對經

1. 我要寄望於上主我的救主， 我要等待著祂， 因為祂已來近， 阿肋路亞。

　或：

2. 上主說： 我必協助你， 我是你的救主， 以色列的聖者。

禱詞

基督是天主的智慧和德能， 祂樂於同世人共處。 我們滿懷信心向祂祈禱：

　上主， 求祢常在我們身旁。

主耶穌基督，
祢召叫我們進入祢光明的國度，
— 使我們事事中悅天主， 善度今生。
祢站在我們中間， 世界卻不認識祢，
— 求祢向世人顯示祢的儀容。
祢親近愛護我們， 勝過我們自己，
— 求祢堅強我們內心對祢的依賴和對救恩的期望。
祢是聖德的根源與典型，
— 求祢使我們在祢來臨之日，
　保持聖潔無瑕。

我們的天父， 願祢的名受顯揚； 願祢的國來臨； 願祢的旨意奉行在人間， 如同在天上； 求祢今天賞給我們日用的食糧； 求祢寬恕我們的罪過， 如同我們寬恕別人一樣； 不要讓我們陷於誘惑， 但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，求祢伸出援手，以無限的德能助祐我們；我們因罪未能得到的救恩，仰賴祢的仁慈，也求祢早日賜予我們。

或：

天主，求祢激發、振作我們的精神，使我們甘願作祢唯一聖子的前驅，爲祂開路；使我們藉祂的來臨，能冰清玉潔地侍奉祢。

晚禱

短讀經　*雅五，7-8，9b*

弟兄們，你們應該忍耐，直到主的來臨。請看，農夫多麼忍耐，期待著田地裏寶貴的出產，直到獲得時雨！你們也該忍耐，堅強你們的心，因爲主的來臨已接近了。請看，審判者已經站在門前。

對答詠

領：上主，萬有的天主，
　　求祢來拯救我們。
答：上主…
領：請顯示祢的聖容，使我們獲得救恩。
答：求祢來拯救我們。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經

1. 你在女子中最蒙祝福，你的胎兒也蒙祝福。

或：

2. 後我而來的那位要超過我，我連給祂解鞋帶子也不配。

禱詞

親愛的弟兄們，基督是衆先知向坐在死影中的人們所預言的眞光。我們向祂哀求，向祂歡呼：

主耶穌，求祢來臨。

天主聖言，祢在起初就創造了萬物，時期已到，又取了我們的人性。
一求祢來救我們脫離死亡。
普照每個人的眞光，
一求祢來驅散我們無知的黑暗。
聖父懷中的獨生子，
一求祢給我們講述天主的仁愛。
耶穌基督，祢來到我們中間甘作人子，
一求祢使所有接近祢的人，
　成爲天主的子女。
祢打開了一切監獄的門戶，
一求祢讓沿門乞食的人，
　也能參加天上的婚宴。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

將臨期：星期五

序經對經 *見2頁*

晨禱

短讀經 *耶三零，21-22*

上主這樣說：雅格家將出一位元首，一位統帥將出自他們中間，我要使祂前來接近我，祂也必與我接近。你們將要作我的子民，我要作你們的天主。

對答詠

領：耶路撒冷啊，上主將照耀你。
答：耶路撒冷啊…
領：祂的榮耀也將顯示在你身上。
答：上主將照耀你。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：耶路撒冷啊…

讀主曲對經

1. 請看，既是人又是天主的這一位，祂出自達味的家族，將要來臨即位為王，阿肋路亞。

　　或：

2. 請告訴膽怯的人說：鼓起勇氣來！請看，上主我們的天主就要來到。

禱詞

天主聖父決定藉著聖子，將自己的榮耀啓示給我們；因此我們要踴躍歡呼：

　上主，願祢的名受顯揚！

上主，求祢教我們學習互相接待，

— 如同基督為了天主的光榮，

　接待了我們。

求使我們靠著信心，

充滿各種喜樂和平安，

— 使我們的生活靠聖神的德能，

　常充滿希望。

上主，求祢按照祢深厚的慈愛，

救助所有的人，

— 接待那些冥冥中仰望祢的人。

祢召叫並聖化祢所選拔的人，

— 求祢提拔我們這些罪人，

　使我們能分享祢天國的永福。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

　天主，求祢大顯神能，降臨人間，使我們仰賴祢的保護，脫免犯罪的種種危險；幷助祐我們獲得救贖的鴻恩。

　　或：

　全能的天主，求祢使我們提高警覺，以期待祢唯一聖子的來臨；一如我們的救主從前所說：要點上燈，清醒著，隨時準備好前去迎接。

晚禱

短讀經 *伯後三，8b-9*

在天主面前，一日如千年，千年如一日。主決不拖延祂的應許，像某些人所想像的；祂對你們仍然含忍，不願任何人喪亡，只願衆人回心轉意。

對答詠

領：上主，萬有的天主，
　　求祢來拯救我們。
答：上主…
領：請顯示祢的聖容，使我們獲得救恩。
答：求祢來拯救我們。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經

1. 我從埃及召回了我的兒子：祂要來拯救自己的子民。

　或：

2. 你們要心情愉快，從救恩的泉源裏汲水。

禱詞

基督是我們靈魂的善牧和監督，我們要滿懷信心的向祂祈禱：

主，求祢以慈祥的心、善待我們。

牧放天主羊群的善牧，
— 求祢來把所有的人、
聚集在祢的教會內。

主，求祢扶助那在現世照顧祢子民的牧者，
— 使他們善盡牧職，直到祢的來臨。

求祢從我們中間，
選出宣揚祢聖言的使者，
— 將祢的福音傳到地極。

求祢憐憫所有勞碌和工作中頹喪的人們，
— 使他們能找到慷慨相助的友人。

求祢接待那在世聽從祢訓導的人們，
— 使他們參加天上的筵席，
享見祢的榮耀。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

將臨期：星期六

序經對經 *見 2 頁*

晨禱

短讀經 *依一一，1-2*

一條嫩枝將由葉瑟的樹幹生出，一株幼芽將由它的根發出。上主的神，就是智慧和聰敏的神，超見和剛毅的神，明達和敬畏上主的神，將住在祂內。

對答詠

領：耶路撒冷啊，上主將照耀你。
答：耶路撒冷…
領：祂的榮耀也將顯示在你身上。
答：上主將照耀你。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：耶路撒冷…

讚主曲對經

1. 熙雍女子，不要害怕，請看，你的天主即將來臨，阿肋路亞。

或：

2. 上主將向列邦高舉旗幟，召集以色列的流亡者。

禱詞

天主父從永遠就已決定拯救自己的子民。
我們現在向祂祈禱：
上主，求祢保護祢的子民。
天主，祢曾向祢的子民許諾，
賜給他們正義的苗裔，

— 求祢維護祢的教會聖潔無瑕。
天主，求祢使人心嚮慕祢的聖言，
— 求祢堅固祢的信眾，
努力修德成聖，無瑕可指。
求祢保祐我們常生活在聖神的愛內，
— 使我們接受祢即將來臨的聖子的慈愛。
至仁至慈的天主，
求祢堅強我們的信德，善用祢的恩寵，
— 直到主耶穌基督再度來臨的時日。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，祢為解救陷身於困境中的人類，派遣祢的唯一聖子降臨塵世。我們虔誠期待祢廣施慈恩，求祢恩賜我們都能獲得解救。

或：

全能的天主，請祢以榮耀的真光照射我們的心靈；更因祢唯一聖子的來臨，驅走長夜的黑暗，以顯示出我們都是祢的光明之子。

十二月十七～二三日

謝主曲專用對經

17日：

智慧啊，祢由至高者的口中出生，從地極到地極，治理萬物，寬猛相濟；求祢來教導我們智慧之路。

18日：

上主啊！以色列家族的首領，祢曾在荊棘叢冒出的火焰中，顯現給梅瑟，又在西乃山上頒賜給他祢的法律；求祢伸出援手來救贖我們。

19日：

葉瑟之根啊，祢將成為萬民的旗幟；在祢面前，列王都要緘口無言，萬民都要驚奇不已。求祢來拯救我們，不要再遲延。

20日：

達味之鑰啊，祢是以色列家的權杖，祢開了，無人能關；祢關了，無人能開。求祢前來，從牢獄中領出那些坐在黑暗中和死影裏的囚犯。

21日：

昇起的旭日啊！祢是永恒光明的光輝，正義的太陽。求祢來光照那坐在黑暗和死影中的人們。

22日：

萬民的君王啊！祢是萬民的希望，使雙方合而為一的角石：求祢來拯救祢用黃土所造成的人類。

23日：

厄瑪努爾啊！我們的君王和立法者，萬民的期望，萬民的救主：求祢前來拯救我們，上主、我們的天主。

聖誕期

十二月二十五日：

耶穌聖誕　節日

第一晚禱

讚美詩　*見 13 頁*

聖詠吟唱

聖詠　一一二

對經一：

和平的君王大受舉揚，普世大地切願瞻仰祂的容顏。

上主的僕人，請同聲讚頌，※
讚頌上主的名。
　　願上主的名受讚美，※
　　由現在直到永遠。
從日出到日落，※
願上主的名受讚美。
　　上主超越列國萬邦，※
　　祂的光榮凌駕穹蒼。
誰能與上主、我們的天主相比？※
祂從高處俯視諸天和大地。
　　把軟弱的人從塵埃裏救起，※
　　把窮苦的人從糞土中高舉。
使他們與公卿同席，※
與民間的縉紳並坐。
　　使那不妊的婦女安居家中，※
　　成為多子的母親，其樂融融。

聖詠　一*四七*

對經二：

祂向大地發出諭旨，祂的聖旨迅速傳遞。

耶路撒冷，你要讚頌上主，※
熙雍，你要讚頌你的天主！
　　因為祂鞏固了你的城門，※
　　降福了在你中間的子女；

也使你的四境平安， ※
讓你飽享上好的麥麵。
　　祂向大地發出自己的諭旨， ※
　　祂的聖旨即刻迅速傳遞。
祂降雪有如羊毛， ※
祂撒霜好似飛絮，
　　祂拋下冰雹，好似碎石， ※
　　祂發出寒氣，水便凝結；
祂一發言，冰塊即刻溶化， ※
祂一噓氣，靜水立即流動。
　　祂將自己的旨意曉諭了雅格， ※
　　把自己的誡律啓示給以色列。
祂從來沒有這樣恩待過任何國家， ※
也從未向他們宣示過自己的律法。

聖歌 *斐二, 6-11*

對經三：
自永遠生於聖父懷中的至高聖言，今天為我們空虛了自己。

耶穌基督雖具有天主的形體， ※
却沒有將自己與天主同等的地位，
把持不捨，
　　反而空虛自己，取了奴僕的形體， ※
　　降生成人，與人相似，
形態上完全與人一樣， ※
祂自謙自卑，服從至死，
且死在十字架上。
　　因此，天主高高舉揚了祂， ※
　　賜給祂一個名號，超越一切名號；
使天上人間和地下的一切， ※
一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。
　　衆口同聲都明認耶穌基督爲主， ※
　　以光榮天主聖父。

短讀經　*迦四, 4-5*

時期一滿，天主就派遣了祂的兒子來，由女人所生，生於法律之下，爲把在法律之下的人贖出來，使我們獲得義子的地位。

對答詠

領：今天你們要知道，上主就要來到。
答：今天…
領：明天你們就要見到祂的光榮。
答：上主就要來到。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：今天…

謝主曲對經：

太陽一從天空昇起，你們就要看見由父出生的萬王之王，有如新郎走出洞房。

禱詞

基督空虛了自己，取了奴隸的形體，並且受了試探，除了無罪外，完全與人相似。我們要朝拜祂，並以熱切的信德向祂祈禱：

主，因祢的聖誕，求祢扶助被救贖的人。
祢一進入世界，
即刻建立了先知所預言的新世代，
— 求祢讓祢的教會作為改造時代的動力。
祢取了人性的軟弱，
— 求祢作為瞎子的光明，脆弱者的力量，
受苦者的安慰。
祢生來就忍受貧窮，而待人溫良，
— 求祢大發慈悲，憐視並安慰貧困的人。
祢藉著誕生人間，
帶給人類所預許的永恒喜樂，
— 求祢恩賜臨終者獲得在天上重生的希望，
而使他們安心度過人生的最後階段。
祢自天降下，
是為帶領所有的人進入天國，
— 求祢使去世的人與祢在天上共享榮福。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，祢使我們每年因期待救恩而喜樂。求祢賞賜我們：今天既歡欣鼓舞地迎接祢唯一聖子作我們的救主；日後也能無憂無懼地、瞻仰祂自天降下，來審判我們。

未參與誦讀日課和子時彌撒者，應誦念夜禱。

序經對經：
基督為我們誕生了，請大家前來朝拜。

晨禱

讚美詩 *見 13 頁*

聖詠吟唱

對經一：
牧童們！你們看見了誰？請你們說；請告訴我們：誰在地上出現了？我們看見了新生的嬰兒和一大群讚美上主的天使，阿肋路亞。

聖詠及聖歌見聖詠集第一週主日 26 頁

對經二：
天使對牧童們說：我給你們報告一個大喜訊：今天一位救世者為你們誕生了，阿肋路亞。

對經三：
今天有一個嬰孩為我們誕生了，祂名叫強有力的天主，阿肋路亞。

短讀經 *希一, 1-2*

天主在古時，曾多次以各種方式，藉著先知對我們的祖先說過話，但在這末期內，祂藉著祂的兒子對我們說了話。天主已立祂為萬有的承繼者，並藉著祂創造了宇宙。

對答詠

領：上主已經宣佈了，
阿肋路亞，阿肋路亞。

答：　上主…

領：　自己的救恩。

答：　阿肋路亞，阿肋路亞。

領：　願光榮歸於父、及子、及聖神，

　　　起初如何，今日亦然，直到永遠。

答：　上主…

讚主曲對經：

天主在天受光榮，主愛的人在世享平安，阿肋路亞。

禱詞

天主的聖言，在萬世之前就已存在，却在時間中爲我們誕生了；我們要以相稱的讚詞頌揚祂，向祂歡呼：

　　願大地踴躍，因為祢已來臨。

基督，永恒的聖言，祢降臨人間，

以喜悅的甘露滋潤了大地，

— 求祢不斷地眷顧我們，

　　帶給我們眞正的喜樂。

我們的救主，祢誕生在世，

給我們顯示了天主的信實，

— 求賜我們以完整的信德，

　　遵守洗禮的諾言。

天地的君王，

祢派天使向人類傳報了和平，

— 求祢保祐我們常安享太平。

主，祢來到人間，是爲了作眞正的葡萄樹，爲我們結出生命的果實，

— 使我們與祢永久連結，切勿華而不實。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

　　全能的天主，祢的聖言降生成人，使我們沐浴在祂的新光之中；求祢使我們將照耀在心中的信仰，反映在我們的言行上。

第二晚禱

讚美詩　*見13頁*

聖詠吟唱

聖詠 一零九，1-5, 7

對經一：

在聖山上，祢誕生之日，王位就屬於祢；
我已經生了祢，好像在黎明之前的朝露。

上主對我主起誓說：
祢坐在我的右邊，※
等我使祢的仇敵，做祢的腳凳。
　　上主自熙雍伸出祢的權杖，※
　　祢要在祢的仇敵中統治為王。
在聖山上，祢誕生之日，
王位就屬於祢，※
我已經生了祢，好像在黎明之前的朝露。
　　上主發了誓，決不反悔：※
　　「祢按照默基瑟德的品位，
　　永為祭司。」
上主常在祢的右邊，※
祂發怒之日，必要粉碎列王。
　　君王將在路旁暢飲溪水，※
　　因此祂將挺胸抬頭。

聖詠 一二九

對經二：

上主慈悲為懷，樂於救贖。

上主，我從深淵呼求你，+
我主，求祢俯聽我的哀告，※
側耳諦聽我的祈禱。
　　上主，祢若細察人的罪辜，※
　　我主，又有誰還能站得住？
然而祢一向寬恕為懷，※
我們對祢起敬起愛。
　　我在期待，我的心靈期待上主，※
　　期待上主的諾言。
我的心靈期待上主，勝於更夫的待旦，※
遠勝於巡夜的人等待曙光出現。

以色列， 你要仰賴上主， ※
因爲上主慈悲爲懷， 樂於救贖。
祂必拯救以色列， ※
脫離一切罪惡。

聖歌 *哥一, 12-20*

對經三：
在起初， 在時間開始以前， 聖言就是天主， 祂今天誕生了， 祂是世界的救主。

感謝天父， 使我們在光明中， ※
堪享聖徒的福分。
祂救我們脫離了黑暗的權勢， ※
把我們徙置到祂愛子的國土。
在祂愛子內， 我們得到了救贖， ※
獲得了罪赦。
祂是看不見的天主的肖像， ※
是超越萬物的長子。
因爲上天下地的一切， 無論有形與無形， +
上座者或宰制者， 率領者或掌權者， ※
都是藉祂而創造的。
一切都藉著祂， 並爲了祂而受造， +
祂在萬有之先就已存在， ※
萬有都賴祂而各得其所。
祂是教會的頭， 也就是祂身體的頭， +
祂是元始， 是首先從死者中復活的， ※
使祂在萬有之中高居首位。
因爲天主樂意
使整個圓滿住在祂內， ※
並藉著祂在十字架傾流的血，
建立了和平。
使人間和天上的一切， ※
都與天主重歸於好。

短讀經 *若壹一，1-3*

論到那從起初就存在的生命的聖言， 就是我們聽見過， 我們親眼看見過， 瞻仰過， 我們親手摸過的聖言— 這生命已顯示出來， 我們看見了， 也爲祂作證， 且把這原與父同在， 且已顯示給我們的永遠的生

命，傳報給你們——我們將所見所聞的，傳報給你們，為叫你們也與我們相通；原來我們是與父和祂的子耶穌基督相通的。

對答詠

領：聖言成了血肉，
　　阿肋路亞，阿肋路亞。
答：聖言…
領：居住在我們中間。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：聖言…

謝主曲對經：

今天基督誕生了；今天救主出現了；今天天使在地上歌唱，總領天使歡樂；今天義人歡躍說：天主在天受光榮，阿肋路亞。

禱詞

基督誕生時，天使向世界傳報了和平，我們要歡欣地慶賀祂，並以虔敬的心情向祂祈禱：

願祢的誕生給萬民帶來和平。

主，願祢誕生的奧蹟帶給你的教會青春的活力，
— 使祢的教會，
　能適應我們這困難的時代。
祢是牧者的元首，我們人靈的督導，
— 求祢使我們的教宗和主教們都忠於職守，
　分施祢的各種恩寵。
永恒的君王，祢誕生成人，願體驗人類生命的短暫和我們坎坷的命運，
— 求祢恩賜我們在短暫的塵世生活結束後，
　能進入祢永恒的國度。
祢是萬世所期望的那一位；
時期一滿，祢便降臨人間，
— 求祢給那些尚在期待祢的人
　顯示祢的臨在。
祢成了血肉，
恢復了因罪惡和死亡而敗壞的人性，
— 求祢賞賜亡者在天國享有完全的自由。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，祢奇妙地創造了高貴的人性，更奇妙地恢復了人性的尊嚴。今天祢的聖子降生，取了我們的人性；求祢賞賜我們也能分享祂的天主性。

聖誕期內，除以下的專用經文外，晨禱與晚禱的經文均如聖誕節的經文。

聖誕節八日慶期內主日

聖家節　慶日　聖詠集第一週

聖誕節如遇主日，則聖家節改在十二月三十日慶祝，不誦念第一晚禱。

第一晚禱

謝主曲對經：

耶穌留在耶路撒冷，祂的父母並未發覺，他們以為祂在同行的人中間，就在親戚和相識的人中間找祂。

結束禱詞

天主，祢曾將聖家卓絕的榜樣指示給我們；求祢仁慈地賞賜我們，使能現世追隨聖家互愛互助的家庭美德，將來也能歡聚在祢的天廷，同享永恒的報酬。

序經對經：

天主之子基督屬於瑪利亞和若瑟權下，請大家前來朝拜。

晨　禱

讚主曲對經：

主，求祢以祢聖家的芳表光照我們，引導我們的腳步走向和平的道路。

第二晚禱

短讀經 *斐二，6-7*

耶穌基督雖具有天主性，却沒有將自己與天主同等的事，把持不捨；反而空虛自己，取了奴隸的形體，降生成人，與人相似，形態上也完全像人一樣。

對答詠

領：祂應在各方面相似弟兄，
　　好能成為仁慈的人。
答：祂應在…
領：祂在地上出現，與世人互相來往。
答：好能成為仁慈的人。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：祂應在…

謝主曲對經：

孩子，祢為什麼這樣對待我們呢？我和祢父親一直擔心的找祢！你們為什麼尋找我呢？你們不知道我必須作我父的事業嗎？

結束禱詞 *見第一晚禱*

聖誕期平日

序經對經：

基督為我們誕生了，請大家前來朝拜。

晨禱

讚美詩、對經、聖詠、聖歌均如聖誕節晨禱339頁

短讀經 *依九，6*

有一個嬰孩為我們誕生了，有一個兒子賜給了我們；祂肩上負有王權，祂的名字要稱為神奇的謀士，強有力的天主，永遠之父，和平之王。

對答詠

領：上主已經宣佈了，
　　阿肋路亞，阿肋路亞。
答：上主…

領：　自己的救恩。
答：　阿肋路亞，阿肋路亞。
領：　願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：　上主…

讚主曲對經：

主誕生時，有一大隊天軍讚頌說：救恩來自那坐在寶座上的我們的天主，並來自羔羊。

禱詞

聖父決意在基督內重整萬有，
我們要向基督祈禱：
　極可愛的天主子，求祢俯聽我們。
天主之子，祢在起初就與天主同在，
時期一滿，祢就降生成人，
— 求祢恩賜我們對所有的人
　常懷有兄弟之愛。
祢成了窮人，為使我們因祢的貧窮而富足；祢使自己空虛，為使我們因祢的謙虛而被提昇，分享祢的光榮，
— 求祢使我們作祢福音的忠實僕役。
祢把眞光賜給我們這些
坐在黑暗和死影中的人，
— 求祢也賞賜我們能度聖德、
　正義及平安的生活。
求祢賜給我們一顆正直和眞誠的心，
為聆聽祢的聖言，
— 使祢的聖言在我們身上和世界上
　豐富地結出善行的果實。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

　全能的天主，求祢因唯一聖子的降生成人，賞賜我們擺脫過去一切罪惡的枷鎖，而獲得眞正的自由。

晚禱

讚美詩、對經、聖詠、聖歌均如聖誕節第二晚禱 341 頁

短讀經 *伯後一，3-4*

我們認識了那藉自己的光榮和德能、召叫我們的基督，祂就以祂天主性的大能賞給了我們，為生活和事主所需要的一切，並藉著自己，將最大和寶貴的恩許賞給了我們，為使你們藉著這些恩許，在逃脫世界上所有敗壞的貪慾之後，能成為有分於天主本性的人。

對答詠

領：聖言成了血肉，
　　阿肋路亞，阿肋路亞。
答：聖言…
領：居住在我們中間。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：聖言…

謝主曲對經：

天主聖母，我們讚頌你，因為由你產生了基督，求你拯救所有讚頌你的人。

禱詞

基督是出自猶太白冷而牧放祂聖民的首領；我們一齊向祂歡呼：

主，願祢的恩寵與我們同在。

基督救主，萬民的希望，求祢將祢的福音傳播在尚未接受生命之言的地區，
— 求祢將所有的人都吸引到祢面前。
主基督，求祢擴大祢的教會，
開拓它的疆域，
— 使它成為包羅各言語，
　各國人民的大家庭。
萬王之王，求祢指導各國元首的心神，
— 使他們尋求正義，
　謀求萬民的和平與自由。

全能的主宰，弱者的勇力，
求祢堅固受誘惑的人，扶起跌倒的人，
保護陷於危險的人，
— 安慰受騙和失望的人，
　加強受難者的信德。
祢是憂苦者的安慰，求祢鼓勵臨終的人，
— 領他們到達活水的泉源。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見晨禱*

一月一日：聖誕慶期第八日

天主之母節　節日

除下列經文外，均如聖誕節

第一晚禱

謝主曲對經：
天主因了祂對我們的深情大愛，派遣了祂的兒子，帶著罪惡肉身的形狀；生自女人，生於法律之下，阿肋路亞。

結束禱詞　*見晨禱*

序經對經：
童貞瑪利亞成為母親，我們歡欣慶祝；請大家前來朝拜她的兒子、主基督。

晨禱

讚主曲對經：
今天宣佈了一個神奇的奧蹟：萬象更新，天主成了人；那原來有的，仍然存在；祂取了那原來沒有的，二者毫不混淆，也不分割。

結束禱詞

天主，祢曾藉榮福瑪利亞的孕育，賜給了人類永遠的救恩。求祢使我們，深深體會到她有力的轉禱；只有經過她，才能使我們擁有生命之源，祢的聖子耶穌基督。

第二晚禱

謝主曲對經：
基督，懷過祢的胎是有福的，哺育祢的乳房是有福的，因為祢是主及世界的救主，阿肋路亞。

結束禱詞　*見晨禱*

一月六日：

主顯節　節日

或一月二日至八日之間的主日

第一晚禱

謝主曲對經：
賢士們看見那異星，就彼此說：這是偉大君王出生的跡象，讓我們去尋找祂，向祂奉獻禮物：黃金，乳香和沒藥。

結束禱詞　*見晨禱*

序經對經：
基督已出現在我們面前，請大家前來朝拜。

晨禱

讚主曲對經：
今天教會與它天上的淨配結合了，因為基督在約旦河洗去了它的罪惡；賢士們帶著禮物迅速前來，奔赴王家的婚宴；變水為酒，使賓客喜形於色，阿肋路亞。

結束禱詞

天主，祢今日藉異星的引導，使祢的唯一聖子顯示給天下萬民；我們現在因信德

的光照認識了祢：求祢也不斷地指引我們，將來能到達天鄉，瞻仰祢的聖容。

第二晚禱

謝主曲對經：
我們慶祝由三個奧蹟所裝飾的聖日：今天異星引導賢士們來到馬槽前；今天在婚宴中，水變成了酒；今天基督為了拯救我們，願在約旦河中接受若翰的洗禮，阿肋路亞。

結束禱詞 *見晨禱*

一月六日後之主日

主受洗日　慶日

第一晚禱

謝主曲對經：
為了更新舊人，救主前來受洗，使敗壞的人性藉著水恢復原狀，給我們穿上不朽的衣服。

結束禱詞 *見晨禱*

序經對經：
基督是天父所喜悅的愛子，請大家前來朝拜。

晨禱

讚主曲對經：
基督的受洗聖化了全世界；也為我們得到罪赦；我們眾人都因水和聖神得到淨化。

結束禱詞
全能永生的天主，當基督在約旦河受洗，聖神降臨在祂頭上時，祢會隆重的宣佈，祂是祢的愛子；我們已藉著水及聖神得到重生，成爲祢的義子，求祢使我們常能保持對祢的孝心。

第二晚禱

謝主曲對經：
耶穌基督愛我們，以自己的血洗淨了我們的罪惡，又使我們成為國度和侍奉天主父的祭司，願光榮與王權永遠歸於祂。

結束禱詞 *見晨禱*

四旬期：主日

讚美詩 *見四旬期專用15頁*

聖詠及專用對經均見聖詠集。

第一主日及第五主日：聖詠集第一週
第二主日：聖詠集第二週
第三主日：聖詠集第三週
第四主日：聖詠集第四週

第一晚禱

短讀經 *格後六，1-4a*

我們勸告你們，不要白白接受天主的恩寵，因為經上說：在施恩的時候，我俯允了你；在救援的日子，我幫助了你，現在正是施恩的時候，如今正是救援的日子。我們在任何事上，免得這職務受到詆毀，不但沒有給任何人跌倒的因由，反而處處表明我們自己是天主的僕役。

對答詠

領：主，求祢俯聽，求祢憐憫，
因為我們得罪了祢。
答：主…
領：基督，求祢俯聽哀求者的祈禱。
答：因為我們得罪了祢。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：主…

謝主曲對經

1. 人生活不只靠餅，更要靠天主口中所發出的一切言語。

或：

2. 天主竟這樣愛了世界，甚至賜下了自己的獨生子，使凡信祂的人不致喪亡，反而獲得永生。

禱詞

主基督作了我們的導師、模範和長兄；我們要稱頌祂，向祂哀求：

主，求祢將永生賜給祢的子民。

基督，祢除了罪以外，完全相似我們，求祢使我們知道與樂者同樂，與憂者同憂，
— 使我們的愛德日益增長。
求祢恩賜我們在饑餓的人身上
服事饑餓的祢，
— 在口渴的人身上服事口渴的祢。
祢從死亡的睡眠中叫醒了拉匝祿，
— 求祢使那些死於罪惡中的人，
因信德和悔改而恢復生命。
求祢使眾人因童貞聖母瑪利亞
和諸聖人的榜樣，
— 更努力，也更完全追隨祢的芳蹤。
求祢恩賜去世的人
在祢的光榮中得以復活，
— 使他們永遠獲享祢的大愛。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

序經對經 *四旬期專用 3 頁*

晨　禱

短讀經 *參照厄下八，9, 10*

這是上主你們天主的聖日，你們不要憂愁哭泣；因為是吾主的聖日，你們不可憂傷，因為喜樂於上主，就是我們的力量。

對答詠

領：基督，永生天主之子，
　　求祢憐憫我們。
答：基督…
領：祢被打傷是因了我們的罪。
答：求祢憐憫我們。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：基督…

讀主曲對經

1. 耶穌被聖神領往曠野，為受魔鬼的試探，祂禁食了四十晝夜以後，就餓了。

　　或：

2. 我們的主耶穌基督毀滅了死亡，藉著福音彰顯了不朽的生命。

禱詞

救贖之主慈然為我們賺得了獲救的時間；我們要感謝祂，懇切地向祂祈禱：

　主，求祢在我們身內注入新的精神。

基督，我們的生命，
祢藉著洗禮恩賜我們奧妙地與祢同葬，
也願意藉著洗禮與祢同生，
— 求祢使我們今天善度新生命。
主，祢善待衆生，
— 求祢也使我們熱心公衆的福利。
求祢恩賜我們共同建設世間的國家，
— 同時也尋求天上的神國。
神形的良醫，求祢醫治我們心靈的創傷，
— 為使我們不斷地取得祢救恩的助祐。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

　全能的天主，求祢賞賜我們藉著這四旬期的苦行，更領悟基督救世的奧秘；使我

們以聖善的生活為祢作證，獲得四旬期應有的神效。

或：

無限仁慈、萬善眞源的天主，祢曾曉諭我們，齋戒、祈禱與施捨都是治療罪人的良藥；求祢垂憐我們的卑微，使我們俯首認罪，當我們軟弱失足跌倒時，求祢大發慈悲，將我們扶起。

第二晚禱

短讀經 *格前九，24-25*

在運動場上賽跑的，固然大家都跑，得獎的只有一個人。你們也應該這樣跑，為能獲得獎品。凡比武競賽的，在一切事上都必須自制，他們只是為得到那可朽壞的花冠，而我們卻是為得到那不朽壞的花冠。

對答詠

領：主，求祢俯聽，求祢憐憫，
　　因為我們得罪了祢。
答：主…
領：基督，求祢俯聽哀求者的祈禱。
答：因為我們得罪了祢。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：主…

謝主曲對經

1. 永恒的救主，求祢護守我們，不要讓狡猾的試探者捉住我們，因為祢是我們永久的保護者。

　　或：

2. 主說：誰若喝了我賜給他的水，他將永遠不渴。

禱詞

願光榮歸於天主父，因為祂會使選民藉著永遠存在的聖言由不朽壞的苗裔得以重生；我們應該熱誠地向祂祈禱：

上主，求祢可憐祢的子民。

仁慈的天主，求祢俯聽我們為祢的全體子民所作的懇禱，
—使他們渴求祢的聖言，
　超過渴求有形的飲食。
請教導我們一視同仁地真心愛我們的同胞和世上所有的人，
—使他們增進和平，和睦相處。
求祢憐憫所有即將藉洗禮而重生的人，
—使他們成為活石，
　為祢建造一所神聖的殿宇。
祢藉著約納的宣講使尼尼微人回頭改過，
—求祢用祢的聖言改變罪人的心靈。
求祢恩賜臨終的人
在希望中迎接審判者基督，
—使他們永遠享見祢的聖容。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見晨禱*

四旬期：星期一

序經對經　*見四旬期專用3頁*

晨禱

短讀經　*出一九，4-6a*

你們親自看見我們怎樣像鷹一樣將你們背在翅膀上，將你們帶出來而歸屬我。現在你們若真聽我的話，遵守我的盟約，你們將在萬民中成為我的特殊產業。的確，普世全屬於我，但你們應成為祭司的國家，聖潔的國民。

對答詠

領：祂必救我脫離獵人的羅網。
答：祂必…

領：　決不使我染上害人的瘟疫。
答：　祂必…
領：　願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：　祂必…

讀主曲對經

1. 我父所降福的，請你們來承受自創世以來，就給你們預備好了的國度吧！

　　或：

2. 主說：你們應當慈悲，就像你們的父那樣慈悲。

禱詞

我們的救主耶穌藉著死亡爲我們舖平了得救恩的道路；
我們要讚美祂，熱誠向祂祈禱：
　主，求祢引導祢的子民走上正路。
仁慈的天主，
祢藉著洗禮使我們重獲新生，
— 求祢使我們日益相似祢的肖像。
求祢恩賜我們今天用我們的愛心鼓舞貧困的人，
— 並幫助他們找到祢。
求祢教導我們在祢面前從事聖善、
和符合正義與眞理的工作。
— 並時時全心尋求祢。
求祢寬恕我們反對祢教會的合一所犯的過錯，
— 恩賜我們大家一心一德，團結一致。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

　　天主，我們的救主，求祢使我們悔過自新，並以天上的訓導感化我們的心靈，使我們獲得奉行四旬齋期的實效。

或：

天主，祢為醫治人靈的創傷，命令我們克己修身；求祢使我們避免一切罪惡，全心全力，實踐祢愛的誡命。

晚禱

短讀經 *羅一二，1-2*

弟兄們！我以天主的仁慈請求你們，獻上你們的身體當作生活、聖潔和悅樂天主的祭品：這才是你們合理的敬禮。你們不可與此世同化，但要以更新的心思變化自己，為使你們能辨別什麼是天主的旨意，什麼是善事，什麼是悅樂天主的事，什麼是成全的事。

對答詠

領：我曾說：上主！求祢憐憫我，
答：我曾說…
領：醫治我，因為我犯罪得罪了祢。
答：求祢憐憫我。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：我曾說…

謝主曲對經

1. 主說：凡你們對我兄弟中最小的一個所做的，就是對我做的。

或：

2. 主說：你們不要判斷人，免得受判斷，因為你們用什麼標準判斷人，也必要同樣受判斷。

禱詞

主耶穌基督把我們從罪惡中救出來，做為祂的子民，我們要謙恭地向祂呼求：
耶穌，達味之子，求祢憐憫我們。
基督，我們為祢的聖教會求祢，祢為它捨棄了祢自己，並以水洗，
和生命的言語潔淨它，聖化它，
— 求祢不斷賜以補贖來更新並淨化它。

善師，求祢使每一位青年認出祢為他們所指定的道路，
— 使他們循此前行，而得到眞正的幸福。
祢曾憐憫了所有苦悶的人，
求祢使患病的人存有希望，並治好他們，
— 也使我們熱心幫助他們。
求祢使我們記憶祢藉洗禮賜給我們的地位，
— 為能時時刻刻為祢而生活。
求祢賜與去世的人平安和光榮，
— 使我們有一天偕同他們與祢一起為王。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

四旬期：星期二

序經對經 *見四旬期專用 3 頁*

晨　禱

短讀經 *岳二，12-13*

你們應當全心歸向我，禁食、哭泣、哀愁。你們應該撕裂的，是你們的心，而不是你們的衣服，你們應當歸向上主你們的天主，因為祂寬仁慈悲，遲於發怒，富於慈愛，常懊悔降災。

對答詠

領：祂必救我脫離獵人的羅網。
答：祂必…
領：決不使我染上害人的瘟疫。
答：祂必…
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：祂必…

讀主曲對經

1. 主，請教給我們祈禱，如同若翰教給了他的門徒一樣。

　　或：

2. 你們的導師只有一位，就是天上的主基督。

禱詞

基督是為我們從天降下的食糧。我們要讚美祂、感謝祂、並向祂祈禱：

　基督，眾生的食糧和靈丹，請堅強我們。

主，求祢在我們飽饗聖體宴會之後，
— 使我們充分分享彌撒聖祭的恩惠。
求祢恩賜我們在極美好的心田內
保存祢的聖言，
— 使我們在忍耐中結出美果。
求祢使我們忠誠與祢合作，
實現祢對世人的計劃，
— 使祢和平的喜訊能藉祢的教會
　散播到世界各地。
我們犯了罪，主！我們犯了罪，
— 求祢廣施救恩，赦免我們的罪過。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

　天主，求祢垂顧祢的大家庭；賞賜我們力行克己修身，振作精神，全心仰望祢、孝愛祢。

　　或：

　上主，但願在這贖罪與祈禱的時期，妥善準備我們的心靈，好能接受逾越奧蹟的大恩，並向世人傳報祢救恩的喜訊。

晚禱

短讀經　*雅二，14-17, 18b*

我的弟兄們！若有人說自己有信德，卻沒有行為，有什麼益處呢？難道這信德能救他嗎？信德若沒有行為，本身便是死的，把你沒有行為的信德指給我看，我便會藉我的行為，使你看到我們的信德。

對答詠

領：我曾說：上主，求祢憐憫我，
答：我曾說…
領：醫治我，因為我犯罪得罪了祢。
答：求祢憐憫我。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：我曾說…

謝主曲對經

1. 當你祈禱時，要進入你的內室，關上門，向你的父祈禱。

或：

2. 如果你們每個人不衷心寬恕弟兄，我的天父也要這樣對待你們。

禱詞

主耶穌基督曾吩咐我們要醒寤和祈禱來抵抗誘惑；因此我們懇切向祂祈禱：
主，求祢俯聽，求祢憐憫。
耶穌基督，祢曾許諾，與那些因祢的名聚在一齊祈禱的人，常相左右，
— 求祢恩賜我們常與祢在一齊，
在聖神內祈求聖父。
天上的淨配，
求祢消除祢所愛的教會的污點，
— 求祢恩賜教會常靠著聖神的德能，
和堅強的望德日益擴展。
熱愛人類的主，求祢使我們遵從祢的命令，真誠關注我們周圍的人，
— 使祢的救恩之光，
明亮地照射在所有的人身上。
和平的君王，求祢把祢的平安賜給世界，
— 使世界到處都體驗到祢救恩的臨在。

求祢為去世的人打開永生之門，
一 使他們獲享永恆的生命和光榮。

我們的天父， 願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

四旬期：星期三

序經對經 *見四旬期專用 3 頁*

晨　禱

短讀經 *申七，6, 8-9*

上主你們的天主由地面上所有的民族中，揀選了你們作祂特屬的子民。是由於上主對你們的愛，並為履行祂向你們祖先所起的誓，上主才以大能的手解救你們，將你們由為奴之家，由埃及王法郎的手中救出來。所以你們應該知道，只有上主你們的天主是天主，是信實的天主。祂對那愛祂、遵守祂誡命的人，守約施恩，直到千代。

對答詠

領：祂必救我脫離獵人的羅網，
答：祂必…
領：決不使我染上害人的瘟疫。
答：祂必…
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：祂必…

讚主曲對經

1. 這個邪惡敗壞的世代要求徵兆，除了約納先知的徵兆外，決不給他們任何其他的徵兆。

或：

2. 人子不是來受人服事，而是服事人，並獻出自己的生命，為大眾作贖價。

禱詞

賜我們救恩的上主應受讚美，因為衆人在祂內成為一個新的受造物，使舊的成為過去，一切都成為新的。

因此我們懷著活潑的望德向祂祈求：

上主，求祢派遣聖神使我們煥然一新。

恩許新天新地的上主，

求祢時常藉聖神使我們煥然一新，

— 使我們在天上的耶路撒冷

永遠享見祢的聖容。

求祢使我們一起促使這世界

受到聖神的教化，

— 使地上邦國在正義、

博愛與和平中有效的達到目的。

求祢恩賜我們

克制一切閒散和怠惰的惡習，

— 使我們因天上的恩寵而喜悅。

求祢救我們免於凶惡，

— 護祐我們免受現世榮華的迷惑，

而追求具有永恒價值的事物。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

上主，求祢仁慈地垂顧我們虔誠侍奉祢的子民，使我們能藉著齋戒克服私慾偏情，並藉著勤行善功，重整我們的生活。

或：

上主，祢願意我們，藉著四旬期、陶冶身心，得到聖言的滋養。求祢使我們能以聖潔而淡泊的生活，全心全力地侍奉祢；並使我們彼此以祈禱團結在一起。

晚禱

短讀經 *斐二，12b-15a*

你們要恐懼戰兢，努力成就你們得救的事；因爲天主在你們內工作，使你們願意，使你們力行，以完成祂的善意。你們做一切事，總不可報怨，也不可爭論，爲使你們成爲天主無瑕的子女。

對答詠

領：我曾說：上主，求祢憐憫我，

答：我曾說…

領：醫治我，因爲我犯罪得罪了祢。

答：求祢憐憫我。

領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。

答：我曾說…

謝主曲對經

1. 有如約納曾在大魚腹中三天三夜，同樣，人子也要在地裏三天三夜。

或：

2. 人子將被交付給外邦人，忍受嘲笑和鞭打，並被釘死在十字架上，第三天將復活起來。

禱詞

我們應當頌揚全能並眷顧人的天主，祂知道自己的子民所急需的一切，但是祂却要我們先該尋求祂的國，因此我們應當向祂呼求：

願祢的國和它的義德來臨。

聖善的大父，祢賜下基督，作我們靈魂的牧者，求祢助祐負責牧靈工作的人員，不要讓羊群缺乏牧人的照顧，
— 也不要使群羊缺乏對牧人的服從。
求祢引導基督信徒，
以兄弟之愛幫助軟弱的人，
— 也使他們在軟弱人身上幫助祢的聖子。
求祢使尙未信從福音的人進入祢的教會，
— 也使他們常以愛德爲本的善行
建立祢的教會。

求祢恩賜我們罪人回頭改過，得到寬恕，
— 同時與祢的教會和好如初。
求祢恩准亡者進入永生，
— 永遠與祢同在。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

四旬期：星期四

序經對經 *見四旬期專用 3 頁*

晨禱

短讀經 *參照列上八，51-53a*

上主，我們畢竟是祢的百姓，是祢的產業；願祢常注目垂顧祢僕人的哀求，祢百姓以色列的哀求；我們無論何時呼求祢，願祢都予以垂聽！我主上主，因為祢將我們從地上的萬民中選拔出來，作祢的產業。

對答詠

領：祂必救我脫離獵人的羅網。
答：祂必…
領：決不使我染上害人的瘟疫。
答：祂必…
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：祂必…

讚主曲對經

1. 你們縱然不善，尚且知道把好東西給你們的兒女，何況你們在天之父，豈不更將好東西賜與求祂的人嗎？

或：

2. 孩子，你應記得你生前享過福，同樣拉匝祿也受過苦。

禱詞

我們要讚美我們的主基督，因為祂有如世界之光出現人間，使我們不再於黑暗中行走，而要我們獲得生命之光。我們懇切向祂祈求：

願祢的言語做我們腳前的明燈！

至慈善的天主，
求祢恩賜我們今天更努力效法祢，
— 使在亞當身上所失落的，
在第二位亞當身上重新獲得。
求祢用祢的言語做我們腳前的明燈，
— 指引我們履行正義，實踐愛德，
使祢的教會不斷成長。
求祢教導我們為了祢的聖名忠實地從事謀求人類福利的工作，
— 使祢的教會作為人類大家庭的光明。
使我們藉著真誠的悔改日益培育對祢的孝愛之情，
— 以補償我們冒犯祢的智慧和聖善的罪過。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，求祢賞賜我們常恩慕真理，慷慨地予以實踐。我們深知自己，離開了祢便不能生存；因此求祢使我們，緊隨祢的旨意而生活。

或：

天主，祢喜歡人純潔無罪，更樂於使罪人恢復純潔。求祢引領我們全心歸向祢，賞賜我們充滿聖神的愛火，使我們的信德日益堅強，修德行善，不畏艱苦。

晚禱

短讀經 *雅四，7-8, 10*

你們要服從天主，抵抗魔鬼，魔鬼就必逃避你們。你們要親近天主，天主就必親近你們。罪人們，你們務要潔淨你們的手；三心二意的人，你們務要清潔你們的心！你們在上主面前務要自謙自卑，祂必要舉揚你們。

對答詠

領：我曾說：上主，求祢憐憫我，
答：我曾說…
領：醫治我，因為我犯罪得罪了祢。
答：求祢憐憫我。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：我曾說…

謝主曲對經

1. 你們求，就必給你們，你們找，就必找到；你們敲門，就給你們開門。

或：

2. 主說：我所行的這些工程，為我作證：證明父派遣了我。

禱詞

主基督留給了我們彼此相親相愛的新誡命，我們向祂祈求：
主，求祢增加祢子民的愛德。
善師，求祢教我們在弟兄們身上愛祢，
— 並在他們身上善待祢。
祢曾在十字架上為釘死祢的人求父寬恕，
— 求祢幫助我們愛仇人，
為迫害我們的人祈禱。
因祢聖體聖血的奧蹟，
求祢增加我們的愛心、力量和依恃之情；
— 求祢恩賜衰弱者得到力量，
憂苦者獲享安慰，臨終者充滿希望。
世界之光，
祢曾使生來的瞎子在洗滌後得以復明，

— 求祢以水洗和生命之言照耀慕道者。
求祢使去世的人飽享祢永恒的慈愛，
— 也求祢將我們列於祢所簡選的人中。

我們的天父， 願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

四旬期：星期五

序經對經 *見四旬期專用 3 頁*

晨禱

短讀經 *依五三，11b-12*

我正義的僕人因自己的經歷，要使多人成義，因爲他承擔了他們的罪過。因此我把大衆賜給他作報酬，他獲得了無數的人作爲獵物，因爲他犧牲了自己，以至死亡，被列於罪犯之中；他承擔了大衆的罪過，並爲罪犯代禱。

對答詠

領：祂必救我脫離獵人的羅網。
答：祂必…
領：決不使我染上害人的瘟疫。
答：祂必…
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：祂必…

讚主曲對經

1. 除非你們的義德超過經師和法利塞人的義德，你們決不能進入天國。

   或：

2. 師傅，法律中哪一條誡命最大？耶穌對法學士說：你應當全心愛上主你的天主。

禱詞

我們應當感謝主耶穌基督：祂死在十字架上，給我們帶來生命。我們該衷心向祂祈禱：

因祢的聖死，求祢使我們生活。

我們的恩師和救主，祢以身作則教導了我們，並藉光榮的苦難賜給我們新生命，
— 使我們不要生活在罪惡中，
至死執迷不悟。
求祢使我們今天知道省吃儉用，
— 以幫助急需的弟兄。
使我們虔誠地由祢接受這四旬期的聖日，
— 並藉慈善工作將這神聖的齋期奉獻給祢。
求祢糾正我們反抗的心靈，
— 使我們待人寬宏大量。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，求祢賞賜祢的信徒們一顆熱誠的心，全力準備迎接逾越節的來臨，使我們慷慨地克己修身，心靈得到無數的神益。

或：

全能的天主，求祢恩賜我們，經過自我淨化的悔改，和贖罪的神工之後，能以聖潔的心靈，迎接即將來臨的逾越慶節。

晚　　禱

短讀經　*雅五，16，19-20*

你們要彼此告罪，彼此祈禱，為獲得痊癒。義人的懇切祈禱，大有功效；我的弟兄們，你們中間誰若迷失了眞理，而有人領他回頭，應該知道，那領罪人從迷途回頭的人，必能救自己的靈魂免於死亡，並能遮蓋許多罪過。

對答詠

領：我曾說：上主，求祢憐憫我，

答：我曾說…

領：醫治我，因爲我犯罪得罪了祢。

答：求祢憐憫我。

領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。

答：我曾說…

謝主曲對經

1. 你在祭壇前獻祭品時，如果在那裏想起你的弟兄有什麼怨恨你的事，就該把你的祭品留在祭壇前，先去與你的弟兄和好，然後再來獻你的祭品。

或：

2. 愛近人如愛自己，遠超過一切全燔祭。

禱詞

主耶穌藉著自己的血聖化了祂的子民。現在我們向祂懇切祈禱：

主，求祢憐憫祢的子民。

我們的贖世主，求祢藉著祢的苦難激起信眾悔罪改過的精神，扶助他們，抵抗邪惡的勢力，使他們懷有堅定不移的希望，
— 藉以加速準備慶祝祢的復活。

求祢使分享祢先知職務的信徒到處傳揚祢的福音，
— 加強他們信、望、愛
三德的生活，爲祢作生活的見證。

請以祢的德能加強憂苦者的力量，
— 使我們以兄弟之愛照顧應受安慰的人。

求祢教導信眾在災難中分擔祢的苦難，
— 爲在他們身上顯示祢的救恩。

生命的根源，求祢紀念去世的人，
— 恩賜他們復活的光榮。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

四旬期：星期六

序經對經 *見四旬期專用3頁*

晨禱

短讀經 *依一，16-18*

你們應該洗淨自己，從我眼前除去你們的惡行，停止作孽，學習行善；尋求正義，責斥壓迫人的人，為孤兒伸冤，為寡婦辯護。現在你們來，讓我們互相辯論——上主說：你們的罪雖似朱紅，必將變成雪一樣的潔白；雖然紅得發紫，必能變成羊毛一般的皎潔。

對答詠

領：祂必救我脫離獵人的羅網。
答：祂必…
領：決不使我染上害人的瘟疫。
答：祂必…
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：祂必…

讀主曲對經

1. 主說：你們應該為迫害和辱罵你們的人祈禱，為使你們成為你們在天之父的子女。

或：

2. 父親，我得罪了天，也得罪了你，我不配再稱作你的兒子，把我當作你的一個傭工吧！

禱詞

我們應當稱頌主基督，因為祂為使人成為新受造物，建立了重生的洗禮，並把自己的聖體和聖言作為我們的食糧。我們要向祂祈禱：

主，求祢賞賜恩寵，革新我們的生活。

良善心謙的耶穌，求祢賜給我們憐憫的心腸，使我們溫和而謙遜，
— 使我們與人交往時，竭力保持忍耐。
請教導我們真正成為不幸者和憂苦者的近人，
— 使我們效法祢，
作一個善心的撒瑪黎雅人。

願祢的童貞聖母爲獻身的貞女們轉禱，
— 使她們在教會內
愉快地善度完全獻身的生活。
求祢對我們大發慈悲，
— 寬恕我們的罪過，免除應受的罪罰。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

永生的天父，求祢賞賜我們回心歸向祢，使我們只以得救大事爲懷，勉力實踐愛德，專務恭敬祢、侍奉你。

或：

上主，求祢以無限仁慈，引導我們的心靈歸向祢；因爲沒有祢的助祐，我們無法取悅於祢。

聖週

聖枝主日 *（主受難主日）*

聖詠集第二週

第一晚禱

讚美詩　*見聖週專用 16 頁*

聖詠及專用對經見聖詠集

短讀經　*伯前一，18-21*

你們要知道：你們不是以能朽壞的金銀等物，由你們祖傳的虛妄生活中被贖出來的，而是用寶血，即無玷無瑕的羔羊基督的寶血。祂固然是在創世之前就已被預定了的，但在末期爲你們才出現，爲使你們因著祂，而相信那使祂由死者中復活，並賜給祂光榮的天主：這樣你們的信德和望德都在於天主。

對答詠

領： 主，求祢俯聽，求祢憐憫，
因為我們得罪了祢。
答： 主，求祢…
領： 基督，求祢俯聽哀求者的祈禱。
答： 因為我們得罪了祢。
領： 願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答： 主，求祢…

謝主曲對經：

達味之子，我們的君王，世界的救贖者，萬歲！祢是眾先知預言將要來的救主。

禱詞

基督受難的時期已近，祂曾面對耶路撒冷而為它傷心流淚，因為它沒有認識救主施恩的時刻。現在我們朝拜基督，滿懷悔過的心情祈求祂：

主，求祢憐憫祢的子女。

祢願意把耶路撒冷的子女、集合到祢跟前，就像母雞集合小雞一樣，
— 請教導所有的人
認識祢看顧他們的時刻。
請不要離棄那遠離祢的教友，
— 主基督，求祢使我們回心轉意歸向祢。
祢藉著苦難犧牲，在人間普施恩惠，
— 求祢使我們常隨從聖神的指引而生活。
求祢藉祢的苦難，
使我們能度克己苦身的生活，
— 使我們將來也能與祢共享復活的光榮。
祢在聖父的光榮中、永遠為王，
— 求祢記念今天逝世的人們。

我們的天父， 願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱。*

序經對經 *見四旬期專用*

晨禱

短讀經 *匝九，9*

熙雍女子，你應該盡量喜樂；耶路撒冷女子，你應該歡呼！請看！你的君王，正義和勝利的君王要到你這裏來；他是謙遜的，騎著驢，騎著驢駒而來。

對答詠

領：主，祢用祢的血救贖了我們。
答：主…
領：從各支派，各異語，各民族各邦國中。
答：救贖了我們。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：主…

讚主曲對經：

我們要手持燦爛的棕櫚枝朝拜即將來臨的主，請大家唱著聖詠和詩詞歡迎祂，高聲歡呼：上主應受讚美。

禱詞

主基督榮進耶路撒冷時，群眾夾道歡迎，高呼祂為君王與默西亞。現在我們也向祂歡呼：

　奉主名而來的當受讚美！

達味之子，萬世的君王，
我們向祢高呼：「萬歲！」
— 死亡與陰府的戰勝者，
　我們向祢高呼：「萬歲！」
祢前往耶路撒冷受苦受難，
為進入復活的光榮，
— 求祢引領祢的教會，
　抵達永恒逾越節的光榮境界。
祢把祢的十字架變成了生命樹，
— 求祢使所有因聖洗而重生的人們、
　都享受這生命樹上的果實。
我們的救主，祢來是為拯救罪人，
— 求祢使信祢，望祢，愛祢的人們，
　進入祢的天國。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

全能永生的天主，祢為使人取法謙遜的榜樣，令我們的救主取了人性、接受十字架的苦刑；求祢使我們服膺基督忍耐的教訓，而分享祢復活的光榮。

第二晚禱

短讀經　宗一三，*26-30a*

諸位弟兄，這救恩之道，原是賜給我們的，只因耶路撒冷的居民和他們的首領不認識耶穌，也不明白每安息日所讀的先知預言，就判決了祂，而應驗了這些預言。他們雖然找不到任何死罪，仍要求比拉多處死了祂。關於祂所記載的一切完成之後，就把祂從木架上取下來，安葬在墳墓裏。但是，天主第三天卻使祂從死者中復活起來。

對答詠

領：基督，我們欽崇祢，我們讚美祢。
答：基督…
領：因為祢藉著十字架救贖了普世。
答：我們讚美祢。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：基督…

謝主曲對經：

主說：經上記載：我要打擊牧者，羊群就要四散。但是我復活以後，要在你們以前到加里肋亞去，你們要在那裏看見我。

禱詞

人類的救主前去耶路撒冷受難，以便進入光榮之中。我們虔誠的懇求祂：

求祢聖化祢用寶血所救贖的子民。

我們的救世主，求祢使我們藉悔改與補贖，更能與祢所受的苦難合而為一，
— 也使我們得到復活的光榮。

祢的母親是痛苦之慰，
求祢使我們得到她的保護，
— 求祢使我們在得到祢的安慰之後，
也能安慰憂傷的人們。

求祢垂顧那由於我們的過錯而失足的人，
— 求祢扶助他們，也糾正我們的過錯，使祢的聖潔與仁愛在我們身上彰顯出來。

祢自謙自卑，服從至死，
且死在十字架上，
— 求祢賞賜我們謙虛與忍耐。

求祢使所有去世的人，日後能得到復活的光榮，與祢光榮的身體相似，
— 使我們將來也與他們同登天鄉，
共享永生。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

聖週星期一～三，見四旬期。

逾越節三日慶典

聖週星期四：主的晚餐

晚　禱

凡參與主的晚餐彌撒者不必誦念。

讚美詩 *見聖週專用 17 頁*

聖詠及專用對經見聖詠集第二週

短讀經 *希一三，12-15*

耶穌在城門外受苦難，為用自己的血聖化人民，所以我們應該到營外，到祂那

裏，分擔祂的凌辱。原來我們在地上沒有常存的城，我們尋求的是那將來的城。所以我們應該藉著耶穌，常把讚頌之祭奉獻給天主，就是用我們的唇舌頌揚祂聖名所結的善果。

對答詠用以下對經代替：

對經：
基督為我們服從至死。

謝主曲對經：
他們在晚餐時，耶穌拿起餅來，祝福了，擘開，遞給門徒們。

禱詞
我們的救主被交付的那一夜，最後晚餐時，命令教會永遠記念祂的聖死與復活。
我們現在朝拜祂，祈求祂：
求祢聖化祢用寶血所救贖的子民。
我們的救主，求祢使我們藉悔改與補贖，
更能與祢所受的苦難、合而爲一，
— 並使我們得到復活的光榮。
祢的母親是憂苦之慰，
求祢使我們得到她的保護。
— 求祢使我們在獲得祢的安慰之後，
也能安慰憂傷的人們。
求祢恩賜衆信者藉自己遭受的痛苦、
參與祢的苦難，
— 使他們在自己身上、表現出祢的救恩。
祢自謙自卑，服從至死，
且死在十字架上，
— 求祢也賞賜我們，謙虛與忍耐。
求使所有去世的人日後都得到復活的光榮，與祢光榮的身體相似，
— 使我們將來，也與他們同登天鄉，
共享永生。

結束禱詞
天主，祢爲了祢的光榮和人類的得救，甘願基督作至高而永恒的大祭司；求祢眷顧祂用寶血爲祢所掙取的子民，使我們因參與祂的感恩祭、紀念祂的聖死，而獲得祂的十字架與復活帶給我們的神力。

夜禱誦念主日第二晚禱後夜禱。

聖週星期五：主受難日

序經對經：

天主子基督用祂的血救贖了我們，請大家前來朝拜祂。

晨禱

讚美詩 *見聖週專用 17 頁*

對經一：

天主沒有憐惜自己的兒子反而為了拯救我們眾人把祂犧牲了。

聖詠見聖詠集第二週星期五 145-147 頁

對經二：

耶穌基督愛我們，用自己的血洗淨了我們的罪惡。

對經三：

主，我們朝拜祢的十字架，我們讚頌、稱揚祢的復活：因為藉這木架，喜樂來到了全世界。

短讀經 *依五三，13-15*

請看，我的僕人必要成功，必要受尊榮，必要被舉揚，而且極受崇奉。就如許多人對他不勝驚愕，因為他的容貌損傷得已不像人，他的形狀已不像人子，同樣，萬民都要對他驚奇不已。列王在他面前都要閉口無言，因為他們看見了從未向他們講述過的事，聽見了從未聽說過的事。

對答詠用以下對經代替：

對經：

基督為我們服從至死，且死在十字架上。

讚主曲對經：

在祂頭的上方釘上罪狀牌：「納匝肋人耶穌，猶太人的君王。」

禱詞

我們的救主為了我們受難受死，並被埋葬，而後復活起來。我們以虔誠的心情朝拜祂，向祂哀求：

主，求祢憐憫我們。
我們的主、我們的老師，
祢爲了我們服從至死，
— 求祢教導我們，常常聽從天父的命令。
主，我們的生命，祢因死於木架而摧毀了陰府，戰勝了死亡，
— 求祢恩賜我們與祢同死，
好使我們將來再和祢同生。
基督，我們的君王，祢做了人類的恥辱，好似成了被人踐踏的微蟲，
— 求祢教導我們自謙自卑，
以獲得祢的救恩。
主，我們的救主，祢爲了祢所愛的弟兄們交出了祢的性命，
— 求祢使我們以同一愛德、
彼此相親相愛。
我們的救主，祢在十字架上，伸開雙手，引導全世人類投向祢的懷抱，
— 求祢把所有四散的天主的子女，
都集合在祢的王國內。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，求祢垂視祢的教會；我們的主耶穌基督，爲了它，毫不猶豫地將自己交付在敵人手中，接受十字架的苦刑。

夜禱誦念主日第二晚禱後夜禱。

聖週：星期六

序經對經：

主基督為我們受苦受難並被埋葬，請大家前來朝拜。

晨禱

讚美詩

1. 耶穌，人類的救主，我們苦苦向祢哀求，
賜予自訟自承的我們，仁慈的寬恕。
2. 祢藉十字聖架，挫敗了邪魔的力量，
也在我們的額上，印上了信德的標符。
3. 仁慈的基督，求祢驅逐邪魔，
使祢用寶血救贖的子民，
免受罪惡的染污。
4. 祢為了我們的得救，不惜下降冥府，
拔除死亡的根由，生命賴以恢復。
5. 祢將在鐵定的時刻，使世界結束，
正義必將伸張，善人得享永福。
6. 基督，永生之主，我們向祢哀求，
愈我創傷，除我罪污。
7. 願救主基督，偕聖父及聖神，
享受讚美，永垂千古。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 六三

對經一：
他們哀悼他一如哀悼獨生子；因為那無辜者就是主、被殺害了。

天主，求祢俯聽我沉痛的呼聲，※
保全我的性命免遭仇敵的恐嚇。
　　求祢保護我遠離惡人的暗算，※
　　使我脫免歹徒的擾亂。
他們磨快舌頭有如利劍，※
口出惡言好像射箭：
　　他們隱在暗處，襲擊無辜，※
　　突然發射，肆無忌憚。
他們彼此慫恿，圖謀作惡，※
暗佈羅網說：「誰能發覺？」
　　他們擬定周密的陰謀，※
　　人心好似深淵，難以探測。
豈知天主突然射出一箭，※
他們必會立即身受重創。
　　他們的狂言反使他們顛仆，※
　　看見他們的人，都將搖頭譏諷。

眾人都要起敬起畏，傳述天主的作為，※
領悟天主所作的事跡。
　　義人要因上主而喜樂，
　　並向祂投靠，※
　　心地正直的人也因此而自豪。

聖歌 *依三八，10-14，17-20*

對經二：
上主，求祢從陰府門口拯救我的靈魂。

我說過：我正值中年，就要去世；※
我的餘年將奔向陰府之門。
　　我說過：
　　我在人間再也見不到天主，※
　　在世上也看不到任何居民！
我的住所被拆去，※
好像牧童的帳幕被拔除。
　　祢好像織工捲起我的生命，+
　　由紡織機上把它割斷，※
　　祢從早到晚總想結果我。
我整夜呼救，直到清晨，+
祢却像獅子咬碎我的骨骼，※
從早到晚總想結果我。
　　我呻吟如鴿子，哀鳴像乳燕，※
　　我的雙目仰望上天，疲憊不堪。
是祢搶救了我的生命，※
使我脫離喪亡的深淵，
　　因為祢將我的罪惡，※
　　都拋在祢的腦後。
的確，陰府不會讚頌祢，+
死亡也不會稱揚祢，※
墜落深淵的人更不會仰望祢的信實。
　　活人，唯有活人讚頌祢，
　　像我今天一樣，※
　　為父的要使兒女認識祢的眞誠。
上主，求祢拯救我，+
我們願以終生的歲月，※
在上主的殿內歌詠奏樂。

聖詠 *一五零*

對經三：
我曾死去，現在我卻活著，直到永遠。我掌握著死亡與陰府的鑰匙。

請你們在上主的聖所中，讚美上主，※
在祂顯示威能的太空，讚美上主。
　　請你們讚美上主的豐功偉業，※
　　讚美上主的無限偉大！
請你們吹起號角，讚美上主，※
彈琴鼓瑟讚美上主。
　　請你們擊鼓歌舞讚美上主，※
　　撫弦弄簫讚美上主。
請你們用響亮的鐃鈸讚美上主，※
以鏗鏘的鐃鈸讚美上主！
　　一切有生命的，※
　　都要讚美上主。

短讀經　*歐六，1-2*
　　來，我們回到上主那裏去，因爲祂撕碎了我們，也必要治愈；祂打傷了我們，也必要包紮。兩天後祂使我們復生，第三天祂必使我們興起，生活在祂的慈顏下。

對答詠用以下對經代替：

對經：
基督為我們自謙自卑，服從至死，且死在十字架上。因此，天主高高舉揚祂，賜給祂一個名號，超越一切名號。

讚主曲對經：
救世主，求祢拯救我們。祢藉著十字架和祢傾流的血贖回了我們。主，我們的天主，求祢來助祐我們。

禱詞
我們的救主爲了我們受難受死，並被埋葬，但是祂卻死而復活。我們現在以虔誠的心情，朝拜祂、哀求祂：
　　主，求祢憐憫我們。
救主基督，祢的母親悲傷逾恒的佇立在十字架旁，守候在祢的墓前，與祢同受苦痛，

— 求祢使我們勇敢接受日常遭遇的痛苦，
參與祢的苦難。

主基督，祢好似被種在田裏的麥粒，
爲我們結出了永生的果實，
— 求祢使我們死於罪惡，活於天主。

我們的善牧，祢甘願被埋葬，
隱身於墳墓之中，
— 求祢教導我們，
喜歡和祢一齊在天父內度隱密的生活。

新亞當基督，祢下降陰府，
爲救出那自世初就拘留在那裏的義人，
— 求祢使所有死於罪惡的人，
聽從祢的聲音而獲得新生。

生活的天主子、基督，祢曾恩賜我們，
藉著聖洗和祢一起被埋葬，
— 求祢也使我們與祢一同復活，
永遠活於天主。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

全能永生的天主，祢的唯一聖子先下降陰府，從而榮升天國；求祢恩賜我們：既因聖洗與祂同被埋葬，也由於祂的復活，將來獲得永生。

晚禱

讚美詩

1. 救恩唯一的作者，卓越的救主，
基督君王，使我們分享祢聖架的榮光。
2. 祢藉死亡克服死亡，藉生命恩賜生命，
祢挫敗了詭詐的惡魔，
使惡魔不敢再興風作浪。
3. 愛人至死的基督，安眠在石墓中，
打開陰府的入口，盡將古聖釋放。

4. 完成了神聖的犧牲，高坐於聖父的右邊，
爲我們不斷的祈禱，
使我們擺脫邪魔的張狂。
5. 求賜我們善度一生，永不與祢分離，
以十字架作武器，擊退進犯的豺狼。
6. 耶穌，光榮歸於祢，及父及聖神，
願祢十字架的勝利，永受頌揚。阿們。

聖詠吟唱

聖詠 *一一五*

對經一：
死亡啊！我將是你的死亡；陰府啊！我將是你的毀滅。

雖然我說過：「我痛苦萬分，」※
我仍然保持信心。
　　我徬徨時，曾說過：※
　　「人心虛僞，不可信託。」
上主賜我鴻恩，※
我將何以爲報？
　　我要舉起救恩的杯，※
　　我要呼號上主的名；
我要在全體子民前，※
向上主還我許的願。
　　聖徒的逝世，※
　　上主十分珍視。
上主，至於我，我是祢的僕役，※
我和母親同樣侍奉祢。
　　祢解除了我的羈絆，+
　　我要呼求祢的名，※
　　向祢獻上讚頌之祭。
我要在全體子民前，※
在上主聖殿的庭院，
　　耶路撒冷啊！在你中間，※
　　向上主還我許的願。

聖詠 *一四二*, *1-11*

對經二：
正如約納在鯨魚腹中度過三晝夜，人子在地心中也將如此。

上主，求祢俯聽我的祈禱，+
側耳聆聽我的哀號，※
憑祢的眞誠和正義俯允我！
　　請不要審訊祢的僕人，※
　　因爲衆生在祢面前不得稱爲義人。
仇人迫害我，摧殘我的生命，※
置我於幽谷，視我如死人；
　　因而我的精神委靡不振，※
　　我的心靈惶恐不安。
我回憶以往的時日，+
追念祢的一切奇事，※
凝思祢手中的作爲。
　　我不禁向祢伸開雙手，+
　　我心渴望祢，※
　　有如旱田之望甘雨。
上主，求祢快來俯聽我，※
我的精神已經委靡。
　　不要對我轉面不顧，※
　　免得我像別人一樣陷入陰府。
我全心仰賴祢，※
請使我清晨得蒙祢的憐愛。
　　我舉心嚮慕祢，※
　　讓我認識應走的道路。
上主，我一心投靠祢，※
請救我擺脫我的仇敵。
　　祢是我的天主；+
　　求祢教導我奉行祢的旨意，※
　　願祢的善神引領我，走上坦途。
上主，爲了祢的名，請使我生存，※
憑祢的公義，請救我脫離憂患。

聖歌 *斐二, 6-11*

對經三：
主說：你們拆毀這座聖殿，三天之內我會將它重建。祂所說的聖殿，卻是指的祂的身體。

耶穌基督雖具有天主的形體，※
卻沒有將自己與天主同等的地位，
把持不捨，

反而空虛自己，取了奴僕的形體，※
降生成人，與人相似。
形貌上完全與人一樣，※
祂自謙自卑，服從至死，
且死在十字架上。
因此，天主高高舉揚了祂，※
賜給祂一個名號，超越一切名號；
使天上人間和地下的一切，※
一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。
眾口同聲也都明認耶穌基督是主，※
以光榮天主聖父。

短讀經 *伯前一, 18-21*

該知道：你們不是用能朽壞的金銀等物，由你們祖傳的虛妄生活中被贖出來的，而是用寶血，即無玷無瑕的羔羊基督的寶血。祂固然是在創世以前就被預定了的，但在最末的時期為了你們纔出現，為使你們因著祂，而相信那使祂由死者中復活，並賜給祂光榮的天主；這樣你們的信德和望德，都在於天主。

對答詠用以下對經代替：

對經：
基督為我們自謙自卑，服從至死。且死在十字架上。因此，天主高高舉揚祂，賜給祂一個名號，超越一切名號。

謝主曲對經：
現在人子受到了光榮，天主也在人子身上受到了光榮。天主立刻就要光榮祂。

禱詞
我們的救主，為了我們受苦受難並被埋葬，而後復活；我們現在以虔誠的心朝拜祂，哀求祂：

主，求祢憐憫我們。

主耶穌，祢的肋旁為長矛所刺透，血水並流，成為教會普遍救恩的標記，
— 求祢藉祢的死亡、安葬和復活，使祢的淨配教會常保持聖潔，充滿活力。
主耶穌，有些人忘記祢要復活的諾言，
祢也記念了他們，

— 有些人直到今天卻不知道祢的復活，而生活在絕望之中，求祢也記念他們。
天主的羔羊，祢爲了我們衆人，
自作犧牲成爲逾越節羔羊，
— 求祢引領衆人來歸順祢。
全能的天主基督，祢創造一切，
竟甘願使自己被封閉在墓穴裏，
— 求祢從陰府中救出人類，
賜給他們永生的光榮。
生活的天主之子基督，
祢在十字架上爲右盜開啓了天門，
— 求祢恩賜所有相信祢爲救主的亡者，
也都分享祢復活的榮耀。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

夜禱誦念主日第二晚禱後夜禱。

復活期

復活主日：復活節

今天序經常在晨禱開始時誦念

序經對經：
主真復活了，阿肋路亞。

晨禱

讚美詩 *見復活期專用 19 頁*

對經一：
基督復活了；祂光照了祂的子民，就是祂以自己的血所贖回的子民，阿肋路亞。

聖詠及聖歌見聖詠集第一週主日晨禱

對經二：
我們的救主從墳墓中復活了：我們要向上主我們的天主詠唱詩歌，阿肋路亞。

對經三：
阿肋路亞，主復活了，正如祂從前對你們所說的，阿肋路亞。

短讀經 *宗一零，40-43*

第三天，天主使耶穌復活了，使祂顯現出來，不是給所有的百姓，而是給天主所預揀的見證人，就是給我們這些在祂從死者中復活後與祂同食共飲的人。祂吩咐我們向百姓講道，指證祂就是天主所立的生者與死者的法官。一切先知都為祂作證；凡信祂的人，賴祂的名字都要獲得罪赦。

對答詠用以下對經代替：

對經：
這是上主安排的一天，我們要歡欣鼓舞，阿肋路亞。

讚主曲對經：
主日清早，太陽已經昇起，他們來到了墳墓那裏，阿肋路亞。

禱詞
天主使生命之主—基督從死者中復活了。基督也將藉祂的能力使我們復活。讓我們大家呼求祂：

基督，我們的生命，求祢拯救我們。

基督，祢是驅逐黑暗的光輝，生命之主，人類的聖化者，
— 求使我們今日在讚頌祢的歌聲中度過。
主，祢背負著十字架走完了苦路，
— 求祢恩賜我們，與祢一起受苦，
接受死亡，好能與祢一起復活。
天父之子，
祢是我們的導師和長兄，使我成為祭司的王國，以事奉我們的父、天主，
— 求使我們向天父歡欣獻上讚頌之祭。
光榮的君王，我們期待著祢光榮的來臨，
— 使我們永遠仰瞻祢的聖容，
分享祢的榮耀。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，今日祢的唯一聖子戰勝了死亡，為我們開啓了永生之門，我們歡欣慶祝祂的復活，求祢派遣聖神革新我們的生活，使我們也同基督一樣獲得復活的光榮。

結束詞 *八日慶期內晨禱與晚禱用*

領：願主賜你們平安，
阿肋路亞，阿肋路亞。
答：感謝天主，阿肋路亞，阿肋路亞。

晚禱

讚美詩 *見復活期專用18頁*

聖詠吟唱

對經一：

瑪麗·德蓮同另一位瑪麗前來看墳墓，阿肋路亞。

聖詠及聖歌見聖詠集第一週主日33頁

對經二：

請你們來看看那安放主的地方，阿肋路亞。

對經三：

耶穌說：不要害怕，你們去告訴我的弟兄們要他們去加里肋亞；你們在那裏要看見我，阿肋路亞。

短讀經 *希一零，12-14*

基督只奉獻了一次贖罪的犧牲，以後便永遠坐在天主右邊，從今以後，只等待將祂的仇人變作祂腳下的踏板，因為祂只藉一次奉獻，就使被聖化的人得以永遠完成。

對答詠用以下對經代替：

對經：
這是上主安排的一天，我們要歡欣鼓舞，阿肋路亞。

謝主曲對經：
主日晚上，門徒們聚在一起，門窗緊閉，耶穌出現在他們中間，向他們說：「願你們平安」！阿肋路亞。

禱詞
主基督曾為我們死而復活，如今仍在天上，常為我們轉禱；現在我們滿懷信心地懇求祂：

勝利的君王，求祢俯聽我們。

基督，祢是萬民的光明，萬民的救星，
— 我們歡欣慶祝祢的復活，
求祢以聖神的愛火熾熱我們的心靈。
願以色列子民承認祢是他們所長久期望的基督，
— 並願普世萬民都認識祢的光榮。
求祢使我們常與祢的諸聖保持共融，
彼此相通，
— 也恩准我們在一生工作結束後，
能和他們一起安息。
祢戰勝了人類的仇敵— 死亡，
求祢也摧毀在我們身內與祢敵對的一切，
— 使我們能為了祢、
永不會敗亡的勝利者而生活。
救主基督，祢服從至死，
因而被高舉坐在天父的右邊，
— 求祢也恩准祢的弟兄們，
進入祢光榮的國度。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱*

結束詞

領： 願主賜你們平安，
阿肋路亞，阿肋路亞。

答： 感謝天主，阿肋路亞，阿肋路亞。

聖週三日慶典結束

夜禱

復活期內誦念聖詠時用唯一對經：

阿肋路亞，阿肋路亞，阿肋路亞。

復活節八日內皆用主日夜禱

對答詠用以下對經代替：

這是上主安排的一天，我們要歡欣鼓舞，
阿肋路亞。

復活節八日慶期中及復活第二主日皆可用復活節的晨禱及晚禱

復活期：主日

讚美詩 *見復活期專用18~19頁*

聖詠及專用對經見聖詠集

第三主日及第七主日： 聖詠集第三週
第四主日： 聖詠集第四週
第五主日： 聖詠集第一週
第六主日： 聖詠集第二週

第一晚禱

短讀經 *伯前二，9-10*

你們是特選的種族，王家的祭司，聖潔的國民，屬於主的子民，為使你們宣揚那召叫你們，出離暗冥，進入祂奇妙之光者的美德。你們從前不是子民，現在卻是天主的子民；從前未蒙憐恤，現在竟蒙憐恤。

對答詠

領： 門徒們皆大歡喜，
阿肋路亞，阿肋路亞。

答： 門徒…

領：　因為他們看見了主。
答：　阿肋路亞，　阿肋路亞。
領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
　　　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
答：　門徒…

謝主曲對經

1. 主，　請同我們住下，　因為天色已晚，　日將西沉，　阿肋路亞。

　或：

2. 我要請求父，　祂將賜給你們一位護慰者，　與你們永遠在一起，　阿肋路亞。

禱詞

基督是我們的生命和復活，　我們滿懷信心呼求祂：

　生活的天主子，　求祢保護祢的子民。

基督，　我們為祢的公教會懇求祢，
—　求祢聖化它，
　使它完成在萬民中建立祢王國的使命。
我們為那些患病和遭難的人，
以及被奴役和無家可歸的人懇求祢，
—　使他們獲得安慰和協助。
我們為那些生活中迷失方向的人懇求祢，
—　使他們迷途知返，
　得到祢的寬恕，　而度一個新生活。
我們的救主，　祢被釘而死，　死而復活，
日後還要降來審判世界，
—　求祢憐憫我們罪人。
我們為所有生活在此世的人懇求祢，
使他們都相信祢的復活，
—　也為所有期待復活的亡者懇求祢，
　使他們早日享見祢的聖容。

我們的天父，　願祢的名受顯揚；　願祢的國來臨；　願祢的旨意奉行在人間，　如同在天上；　求祢今天賞給我們日用的食糧；　求祢寬恕我們的罪過，　如同我們寬恕別人一樣；　不要讓我們陷於誘惑，　但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見晨禱*

序經對經：

主真復活了，阿肋路亞。

晨禱

短讀經 *宗一零，40-43*

天主使耶穌第三天復活，而且顯現給人；不是顯現給所有的人，而只是顯現給天主所簡選的見證人，就是我們這些在祂從死者中復活後與祂同食共飲的人。祂吩咐我們向百姓講道，證明祂就是天主所立的生者與死者的法官，一切先知都為祂作證；凡信祂的人賴祂的名字都要獲得罪赦。

對答詠

領：永生天主之子、基督，求祢憐憫我們，阿肋路亞，阿肋路亞。
答：永生…
領：祢從死者中復活了。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：永生…

讚主曲對經

1. 基督必須先受苦，第三天從死者中復活，阿肋路亞。

或：

2. 主說：誰住在我內，我也住在他內，他就會結很多果子，阿肋路亞。

禱詞

天主使生命之主、基督從死者中復活了。基督也將藉祂的能力使我們復活。讓我們大家呼求祂：

基督，我們的生命，求祢拯救我們。

基督，祢是驅逐黑暗的光輝，
生命之主，人類的聖化者，
— 求使我們今天在讚頌祢的歌聲中度過。
主，祢背負著十字架走完了苦路，
— 求祢恩賜我們，與祢一起受苦，
接受死亡，好能與祢一起復活。

天父之子，祢是我們的導師和長兄，
使我們成爲祭司的王國，
以事奉我們的父天主，
— 求使我們向天父歡欣獻上讚頌之祭。
光榮的君王，我們期待著祢光榮的來臨，
— 使我們永遠仰瞻祢的聖容，
分享祢的榮耀。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，求祢使我們常生活在喜樂中，因爲祢恢復了我們青春的朝氣；我們今日重獲義子的榮耀；求祢也使我們滿懷慶幸和確實的希望，等待肉身的復活與光輝日子的來臨。

或：

全能永生的天主，求祢引領我們邁向天國，得與諸聖同樂；那是我們弱小群羊的歸宿，因爲那死而復活的牧人，已經先我們而去了。

第二晚禱

短讀經　*希一零，12-14*

基督只奉獻了一次贖罪的犧牲，以後便永遠坐在天主的右邊，從今以後，只等待將祂的仇人變作祂腳下的踏板，因爲祂只藉一次奉獻，就使被聖化的人得以永遠完成。

對答詠

領：主真復活了，阿肋路亞，阿肋路亞。
答：主真…
領：祂曾顯現給西滿。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：主真…

謝主曲對經

1. 耶穌向門徒們說：把你們剛才捕的魚，拿幾條來。西滿伯鐸便上船去，把網拉到岸上，滿網都是大魚，阿肋路亞。

   或：

2. 我的羊聽從我的聲音，主人我也認識他們，阿肋路亞。

禱詞

主基督曾為我們死而復活，如今仍在天上，常為我們轉禱；現在我們滿懷信心懇求祂：

　勝利的君王，求祢俯聽我們。

基督，祢是萬民的光明，萬民的救星，
— 我們歡欣慶祝祢的復活，
　求祢以聖神的愛火熾熱我們的心靈。
願以色列子民承認祢是他們所長久期望的基督，
— 並願普世萬民都認識祢的光榮。
求祢使我們常與祢的諸聖保持共融，
彼此相通，
— 也恩准我們在一生工作結束後，
　能和他們一起安息。
祢戰勝了人類的仇敵—死亡，
求祢也摧毀在我們身內與祢敵對的一切，
— 使我們能為了祢
　永不會敗亡的勝利者而生活。
救主基督，祢服從至死，
因而被高舉，坐在天父的右邊，
— 求祢也恩准祢的弟兄們，
　進入祢光榮的國度。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見晨禱*

復活期：星期一

復活期第二及第六週：聖詠集第二週
復活期第三週：聖詠集第三週
復活期第四週：聖詠集第四週
復活期第五週：聖詠集第一週

晨禱

短讀經 *羅一零，8b-10*

「聖言離你不遠，就在你口裏，就在你心裏」，就是我們所傳的信德的聖言。你若是口裏承認耶穌為主，心裏信天主使祂從死人中復活了，就必得救。因為人只要心裏信服，就必復義；口裏承認，就必得救，經上說：「凡信祂的人，必不受羞辱」。

對答詠

領：主從墳墓中復活了，
　　阿肋路亞，阿肋路亞。
答：主從…
領：祂為了我們被懸在十字架上。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：主從…

讚主曲對經

1. 我鄭重告訴你們，一個人除非再生，就不能看見天主的國，阿肋路亞。
2. 我是善牧；我餵養我的羊，並為他們犧牲性命，阿肋路亞。

禱詞

天主聖父因祂聖子的死亡和復活而大顯光榮。現在我們滿懷信心地懇求祂：
　上主，求祢光照我們的心靈。
上主、光明之父，
祢曾以復活的基督之光、照耀了世界，
— 求祢今天以信德之光照耀我們的心靈。
祢藉祢聖子的復活，
為整個人類開闢了到達永生的途徑，

— 求祢恩賜我們今天的工作
　能加強我們對永生的希望。
祢藉祢聖子的復活，
派遣了聖神到世界上來，
— 求祢用聖神的愛火，燒熱我們的心靈。
祢的聖子耶穌基督爲了拯救我們，
甘願被釘在十字架上，
— 願祂今日在我們中間仍執行祢救世、
　贖世的使命。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

全能永生的天主，我們何等幸運，竟能稱祢爲父；求祢在我們心中培育祢義子的精神，以贏得祢所預許的產業。

或：

天主，祢藉聖子的謙遜，拯救了世界墮落的人類，也從罪惡的奴役中解救了我們，求祢賞賜信徒們逾越節神聖的歡樂，使我們日後得享永生。

晚禱

短讀經　*希八，1b-3a*

我們有這樣的一位大祭司，祂已坐在天上尊威的寶座右邊，在聖所，即眞會幕裏作臣僕；這會幕是上主而不是人所支搭的。凡大祭司都是爲奉獻供物和犧牲而立的，因此這一位也必須有所奉獻。

對答詠

領：門徒們皆大歡喜，
　　阿肋路亞，阿肋路亞。
答：門徒…
領：因爲他們看見了主。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
　　　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
答：　門徒…

謝主曲對經

1. **從肉身生的屬於肉身；　從神生的屬於神，阿肋路亞。**

　　或：

2. **天主要你們所做的，　就是信從祂所派遣來的那一位，　阿肋路亞。**

禱詞

主基督藉祂的復活，　光照了世界，　現在我們興高彩烈地向祂祈求：
　　我們的生命基督，　求祢俯聽我們。
主耶穌基督，　祢在去厄瑪烏的路上，　作了祢弟子們的伴侶，
—　求祢也常伴隨祢旅途中的教會，
　　幫助它克服所遭遇的種種困難。
求祢不要讓我們的信德動搖而懷疑不信，
—　使我們堅信並勇敢承認
　　祢是死亡的戰勝者。
那些在人生旅途中不認識祢的人，
求祢仁慈的憐視他們，
—　使他們獲得祢聖寵的光照，
　　接受祢為他們的救主。
主，　祢願藉著祢的十字架，　使眾人重歸於好，　團聚一起，　成為祢的奧體，
—　求祢使普世萬民，　都能和平相處，
　　團結一致。
祢是生者與死者的審判者，
—　求祢賞賜所有相信祢的亡者都獲得罪赦。

我們的天父，　願祢的名受顯揚；　願祢的國來臨；　願祢的旨意奉行在人間，　如同在天上；　求祢今天賞給我們日用的食糧；　求祢寬恕我們的罪過，　如同我們寬恕別人一樣；　不要讓我們陷於誘惑，　但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見晨禱*

復活期：星期二

晨禱

短讀經 宗一一三，30-33

天主在第三日使耶穌從死者中復活了，祂多日顯現給同祂一起從加里肋亞往耶路撒冷去的人，這些人就是現今在百姓前給祂作證的人，我們現今也給你們報告喜訊：就是那向列祖所許的諾言，天主已給我們作他們子孫的完成了，使耶穌復活了，就如在聖詠第二篇上所記載的：「你是我的兒子，我今天生了你。」

對答詠

領：主從墳墓中復活了，
　　阿肋路亞，阿肋路亞。
答：主從…
領：祂為了我們被懸在十字架上。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：主從…

讀主曲對經

1. 我是「阿而法」及「奧默加」原始及終結，是出自達味的家族，光輝燦爛的晨星，阿肋路亞。

或：

2. 我留給你們平安，阿肋路亞；我把我的平安留給你們，阿肋路亞。

禱詞

天主聖父之子、無玷的羔羊，除免了世罪，而使我們重生。我們衷心感激祂、懇求祂：

生命的主宰，求祢賜給我們永生。

天主、生命之源，求祢記念那被釘死在十字架上的羔羊基督，祂為我們死而復活，
— 祂如今在天上仍常為我們轉禱，
求祢俯聽。

求祢幫助我們清除心內罪惡的舊酵母，
— 使我們以純潔及眞理的無酵餅與基督共度祂的逾越節。
求祢使我們今天遠離紛爭和妒忌的罪過，
— 使我們時時關懷兄弟姊妹們的需要。
求祢把福音的精神
注入在我們每個人的心中，
— 使我們今天和將來，
常常遵守祢愛的誡命。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

全能的天主，求祢使我們常能宣揚勝利復活的基督。祢既因祂的保證，賜給了我們恩寵；求祢也使這恩寵在我們身上，結出豐碩的果實。

或：

天主，祢藉著水與聖神使人類重生，爲我們開啓了天國之門。求祢增加我們的恩寵，使我們遠離一切罪惡，獲享祢仁慈預許的財富。

晚禱

短讀經 *伯前二，4-5*

你們來到主面前，祂是活石，雖被人所摒棄，但爲天主所精選並珍視；你們也就像活石被建成一座屬神的殿宇，成爲聖潔的祭司，以奉獻因耶穌基督而中悅天主的屬神的祭品。

對答詠

領：門徒們皆大歡喜，
阿肋路亞，阿肋路亞。
答：門徒…
領：因爲他們看見了主。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
　　　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
答：　門徒…

謝主曲對經

1. 當耶穌在路上同我們談話時，　我們的心不是火熱的嗎？　阿肋路亞。

　　或：

2. 天主賜給的食糧是那由天降下，　並賜給世界生命的食糧，　阿肋路亞。

禱詞

基督以祂的復活，　堅強了祂子民的希望。
現在我們懇切地呼求祂：
　永生天主之子基督，　求祢俯聽我們
主耶穌，　從祢洞開的肋旁曾有血水傾流，
— 求祢洗滌祢的淨配教會，
　使它保持純潔無瑕。
至高的牧者，　伯鐸對祢表示眞愛以後，
祢曾把祢的羊群託給他照顧，
— 求祢恩賜我們的教宗至誠的愛德和使徒的傳教熱忱。
祢曾指導門徒們在海上捕魚，
使他們滿載而歸，
— 求祢派遣更多的工人，
　繼續他們的傳道事業。
祢在岸上給門徒們準備了麵包和烤魚，
— 求祢不要讓我們的兄弟姊妹，
　因我們的過失而忍饑受寒。
耶穌，　祢是新亞當，　賦予生命者，　求祢賜給亡者新的生命，　使他們都相似祢，
— 也使他們獲得圓滿的喜樂。

我們的天父，　願祢的名受顯揚；　願祢的國來臨；　願祢的旨意奉行在人間，　如同在天上；　求祢今天賞給我們日用的食糧；　求祢寬恕我們的罪過，　如同我們寬恕別人一樣；　不要讓我們陷於誘惑，　但救我們免於凶惡。

結束禱詞　　*見晨禱*

復活期：星期三

晨禱

短讀經 *羅 六，8-11*

如果我們與基督同死，我們相信也要與祂同生；因為我們知道：基督既從死者中復活，就不再死，死亡不再統治祂了，因為祂死，是死於罪惡，僅有一次；祂活，是活於天主。你們也要這樣：看自己是死於罪惡，在基督耶穌內活於天主的人。

對答詠

領：主從墳墓中復活了，
　　阿肋路亞，阿肋路亞。
答：主從…
領：祂為了我們被懸在十字架上。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：主從…

讚主曲對經

1. 天主如此愛了世人，甚至賜下祂的獨子，使所有信祂的人，不致喪亡，反而得到永生，阿肋路亞。

或：

2. 凡看見子而信仰祂的，必獲得永生，在末日我還要使他復活，阿肋路亞。

禱詞

天主曾使復活的基督顯現給使徒們。現在我們誠懇地祈求祂：

上主，求祢使我們因基督的榮耀，
而受光榮。

天主，光明之父，
我們今天滿懷感恩之情讚頌祢，
因為祢召叫了我們進入祢奇妙的光明中，
— 求祢使我們常飽享祢慈愛的溫暖。
天主，求祢藉聖神的能力淨化我們的心靈，堅強我們的意志，
— 使我們能努力工作，改善人類的生活。

求祢使我們能爲人群服務而慷慨獻身，
— 使整個人類成爲祢所悅納的祭品。
在這一天的開始，
求祢使我們飽享祢的慈愛，
— 使我們整天都歡躍歌頌祢。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

慈悲的天主，祢以聖子的逾越奧蹟，使人類恢復了原有的尊嚴，也獲得了光榮復活的希望；求祢使我們，每年以虔誠的信仰慶祝這救贖的奧蹟，也能不斷地以愛德的言行在我們實際生活中表現出來。

或：

上主，求祢慷慨扶助祢的兒女們；祢賞賜了我們信德大恩，求祢使我們將來、也能永遠分享祢唯一聖子復活的光榮。

晚 禱

短讀經 *希七，24-27*

耶穌既永遠長存，便具有不可消逝的祭司職位，因此，凡由祂而接近天主的人，祂都能拯救，因爲祂活著，爲他們轉求。這樣的大祭司才適合於我們，祂是聖善的、無辜的、無玷的、從罪人中分別出來的、高於諸天的；祂不必像那些大祭司一樣，每天要先爲自己的罪，然後爲人民的罪祭獻犧牲；因爲祂奉獻了自己，只一次而永遠的完成了這事。

對答詠

領：門徒們皆大歡喜，
阿肋路亞，阿肋路亞。
答：門徒…

領：　因為他們看見了主。
答：　阿肋路亞，　阿肋路亞。
領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
　　　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
答：　門徒們…

謝主曲對經

1. 那依照真理作事的，　便接近光明，　好顯示他們所作的都是靠天主而完成的，　阿肋路亞。

　　或：

2. 你們若住在我內，　我的話也就留在你們內；　你們無論求什麼，　就必得到，　阿肋路亞。

禱詞

天主父在死而復活的聖子身上，　給我們開放了到達永生的道路。　現在我們一起懇求祂：

　　求祢藉基督的勝利，
　　拯救祢所救贖的子民。

我們祖先的天主，　祢光榮了祢的聖子耶穌，　使祂從死者中復活，
—　求祢使我們洗心革面，　度一個新生活。
祢把我們這些迷途亡羊，
領到我們的善牧基督面前，
—　求祢使我們在教會衆牧者的領導下，
　　常能忠於祢的福音，　保持對祢的信仰。
祢從猶太民衆之中，
召選了基督的第一批門徒，
—　求祢顯示給以色列的子孫，　祢向他們祖先所預許的救主、　早已降臨人間。
求祢眷顧那些被遺棄的人們、
孤兒和寡婦，　以及無家可歸者，
—　也求祢念及那些因祢聖子的死亡而與祢和好的人們，　免除他們的孤獨。
聖德範為耶穌殉道時，
祢召叫了他到祢台前，
—　求祢迎接所有生前相信祢、
　　渴望祢的亡者，　進入永福的天鄉。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱。*

復活期：星期四

晨　禱

短讀經 *羅八，10-11*

基督如果在你們內，你們的身體固然因罪惡而死亡，但神魂卻賴正義而生活。如果那使耶穌從死者中復活者的聖神住在你們內，那麼，那使耶穌從死者中復活的，也必要藉那住在你們內的聖神，使你們必死的身體復活。

對答詠

領：主從墳墓中復活了，
阿肋路亞，阿肋路亞。
答：主從…
領：祂為了我們被懸在十字架上。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：主從…

讚主曲對經

1. 父愛子，已經把萬有交在祂手裏，阿肋路亞。

或：

2. 我鄭重地告訴你們，凡是信我的人，必有永生，阿肋路亞。

禱詞

天主聖父藉基督的復活，給予人類日後復活的保證，我們要滿懷信心地這樣呼求祂：

願主耶穌成為我們的生命。
祢用火柱光照了祢的選民，
領他們經過曠野，
— 願復活的基督今天作我們旅途上的光明。
祢在西乃山藉梅瑟的口教訓了祢的子民，
— 願復活的基督今天作我們生命之言。
祢以瑪納養活了在曠野裏漂泊的選民，
— 願復活的基督今天作我們的生命之糧。
祢使石頭流出水來，賜給祢的子民暢飲，
— 願復活的基督今天賜給我們生命之神。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

仁慈的天主，求祢使我們在慶祝逾越節時所獲得的恩寵，在我們有生之日，常能結出果實。

或：

天主，祢使我們分享了祢救贖的恩寵；求祢使我們對祢聖子的復活，永遠懷念，感謝不盡。

晚　禱

短讀經　*伯前三，18, 22*

基督曾一次爲罪而死，且是義人代替不義的人，爲將我們領到天主面前；就肉身說：祂固然被處死了；但就神魂說：祂却復活了。祂升了天，坐在天主的右邊，衆天使、掌權者和異能者都屈伏在祂權下。

對答詠

領：門徒們皆大歡喜，
　　阿肋路亞，阿肋路亞。
答：門徒…
領：因爲他們看見了主。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。

領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
　　　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
答：　門徒…

謝主曲對經

1. 凡是相信子的，　必有永生，　阿肋路亞。

　　或：

2. 我是羊群的牧者；　我來是要他們獲得生命，　且獲得更豐富的生命，　阿肋路亞。

禱詞

聖父使復活的基督作為我們希望的寄託人，　和人類日後得以復活的保證。　現在我們一起呼求基督：

　光榮的君王，　求祢俯聽我們。

主耶穌，　祢藉著傾流寶血和死而復活，
進入了天主的聖所，
— 求祢引領我們和祢一起進入光榮的天國。
祢藉著光榮的復活，　堅強了門徒的信德，
並派遣他們到世界各地為祢作證，
— 求祢使主教和神父們，
　都成為祢福音的忠信使者。
祢藉著祢的復活，　使我們與天父和好，
給我們帶來平安，
— 求使所有受洗的人，
都因同一信德和兄弟之愛而能精誠團結。
祢藉著祢的復活，
在聖殿門前使跛子行走，
— 求祢使病者得到痊癒，　在他們身上，
　彰顯祢的光榮。
祢是死者中第一位復活的，
— 求祢使所有信賴祢的人，
　都分享祢的光榮。

我們的天父，　願祢的名受顯揚；　願祢的國來臨；　祢願的旨意奉行在人間，　如同在天上；　求祢今天賞給我們日用的食糧；　求祢寬恕我們的罪過，　如同我們寬恕別人一樣；　不要讓我們陷於誘惑，　但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見晨禱。*

復活期：星期五

晨禱

短讀經 宗五，30-32

我們祖先的天主、復活了你們下毒手懸在木架上的耶穌。天主以右手舉揚了祂，使祂做首領和救主，為賜給以色列人悔改和罪赦。我們就是這些事的證人，並且天主給那些服從祂的人所賞賜的聖神也為此作證。

對答詠

領：主從墳墓中復活了，
　　阿肋路亞，阿肋路亞。
答：主從…
領：祂為了我們被懸在十字架上。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：主從…

讚主曲對經

1. 耶穌拿起餅來，祝謝後，分給坐下的人，阿肋路亞。

或：

2. 誰吃我的肉，喝我的血，就在我內生活，我也在他內生活，阿肋路亞。

禱詞

天主聖父藉著聖神，使基督復活了，將來祂也要使我們死去的肉身復活。現在我們一起呼求祂：

主，求祢藉著聖神，賜給我們永生。

聖父，祢悅納了祢聖子的全燔祭，
使祂死而復生，
— 求祢悅納我們今天的祭獻，
　使我們得到永生。

求祢特別眷顧我們今天的工作，
— 使我們無論作什麼，都是為了祢的光榮，
　為了人類的聖化。

願我們今天的工作不致落空，
而能為人群有所裨益，
— 求祢領導我們到達祢永生的王國。
求祢今天開啓我們的眼睛，
使我們看到弟兄們的需要；
開啓我們的心門，
使我們能慷慨為弟兄們服務，
— 也使我們能彼此互愛互助。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，祢為了在我們身上，驅除惡魔的勢力，甘願讓祢的聖子接受十字架苦刑；求祢賞賜我們，也獲得光榮復活的恩寵。

或：

全能的天主，我們賴祢的恩寵，認識了基督復活的眞諦；求祢也賞賜我們，藉著聖愛之神的護佑，常能善度新生。

晚禱

短讀經 *希五，8-10*

基督雖然是天主子，卻由所受的苦難學會了服從，且在完成之後，為一切服從祂的人，成了永遠救恩的根源，便蒙天主宣稱為按照默基瑟德品位的大祭司。

對答詠

領：門徒們皆大歡喜，
阿肋路亞，阿肋路亞。
答：門徒…
領：因為他們看見了主。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：門徒…

謝主曲對經

1. 祂忍受了聖十字架的酷刑，摧毀了陰府；祂第三日復活了，握有大能，阿肋路亞。

   或：

2. 祂被釘死在十字架上，而後從死者中復活，救贖了我們，阿肋路亞。

禱詞

基督是一切生命的泉源，一切聖德的元始。我們讚頌祂，祈求祂：

　主，求祢在世界上建立祢的王國。

救主耶穌，祢的身體雖被處死，
卻藉著聖神而復活，
— 求祢使我們死於罪惡，而活於聖神。

祢曾派遣了祢的門徒，向普世萬民，
宣講祢的福音，
— 求祢賞賜所有宣講福音的人，都充滿聖神的愛火，作為他們生活的動力。

主基督，上天下地的權柄都交給了祢，
使祢為眞理作見證，
— 求祢以眞理之神指導我們的首長，使他們以眞誠對待屬下。

祢革新了一切，
並吩咐我們醒寤著期待祢王國的來臨，
— 求祢使我們越熱切期待新天新地的實現，也越努力改善現在的世界。

祢曾下降陰府，
給已亡古聖先賢傳報救恩的喜訊，
— 願祢也成為所有亡者的喜樂與希望。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞　見晨禱。

復活期： 星期六

晨禱

短讀經 *羅一四，7-9*

我們中間沒有一個人為自己而活，也沒有一個人為自己而死；因為我們若是活著，是為主而活；我們若死了，是為主而死；所以我們或生或死，都是屬於主。因為基督死而復活，正是為作生者和死者的主。

對答詠

領：主從墳墓中復活了，
阿肋路亞，阿肋路亞。
答：主從…
領：祂為了我們被懸在十字架上。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：主從…

讚主曲對經

1. 祝你們平安，是我，阿肋路亞；不要害怕，阿肋路亞。

或：

2. 基督死而復生了，正是要作生者和死者的主，阿肋路亞。

禱詞

基督給我們啓示了永生，我們現在以虔敬的心情呼求祂：

主，願祢的復活，使我們恩寵滿盈。

永恒的善牧，
求祢仁慈垂顧祢這剛睡醒的群羊，
— 求祢以祢的聖言和聖體滋養我們。
求祢不要讓野狼攫取我們，
也不要讓傭工遺棄我們，
— 但要使我們忠信地聽從祢的聲音。
祢到處與祢的宣道者合作，
堅強他們為真理作證的信念，
— 求祢使我們今天以言以行
來宣講祢的復活。

願祢自己作我們一生的喜樂，
無人能從我們心中奪去的喜樂，
— 求祢也使我們脫離罪惡的煩惱，
激起我們對永生的渴求。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，祢拯救了我們，又收留我們爲義子義女，求祢仁慈地垂顧祢所鍾愛的子女們，使所有信仰基督的人，都能獲得眞正的自由，繼承天國永恒的產業。

或：

天主，祢藉著水的洗禮，使我們獲得再生之恩；求祢護祐我們賴基督而重生的人，戰勝一切邪惡的勢力，並能確保祢所賜予的恩惠。

復活期第七主日

耶穌升天 節日

第一晚禱

讚美詩

1. 耶穌，人類的救主，
萬民渴望著祢救贖的來臨，
祢原是萬有的創造者，卻降生成人。
2. 祢大慈大悲，甘願肩負起人類的罪債，
承受殘酷的死亡，使我們不再沉淪。
3. 祢打開了陰府之門，解救了失望的俘虜，
上升到天父座右，呈獻得救的人群。
4. 勝利榮歸，萬物歡欣，
求祢展示聖容，永不收回祢的寬仁。
5. 祢是我們的喜樂，來日的賞報，
祢是我們的光榮，永無窮盡。阿們。

謝主曲對經：

父，我已經將祢的名顯示給祢所賜給我的人；現在我為他們祈求，而不為世界祈求，因為我要到祢那裏去，阿肋路亞。

結束禱詞　*見晨禱。*

序經對經：

阿肋路亞，主基督上升天鄉，請大家前來朝拜，阿肋路亞。

晨　禱

讚美詩　*如上。*

對經一：

加里肋人哪，為什麼站著仰望天空呢？這位被接升天離開你們的耶穌，你們看見祂怎樣升天，也要怎樣降來，阿肋路亞。

聖詠及聖歌見聖詠集第一週主日晨禱 27 頁

對經二：

請讚頌萬王之王，請向天主吟詩謳歌，阿肋路亞。

對經三：

耶穌在他們定睛觀看時被接升天，有一朵雲彩把祂接去，阿肋路亞。

讚主曲對經：

我上升到我的父、也是你們的父那裏，就是到我的天主，也是你們的天主那裏，阿肋路亞。

結束禱詞

全能的天主，求祢使我們滿懷感激之情，陶醉在祢神聖的歡樂中；因為祢聖子基督的升天，實為我們將來升天的先聲；我們既與祂同屬一個奧體，首領怎樣光榮升天，同樣，也喚起我們肢體怎樣升天的希望。

第二晚禱

謝主曲對經：

全能的主，光榮的君王，祢今天凱旋榮歸，升到諸天之上；求祢不要留下我們作孤兒；卻要給我們派來父的恩許、真理之神，阿肋路亞。

結束禱詞 *見晨禱。*

五旬主日（聖神降臨） 節日

第一晚禱

讚美詩 *見 20 頁*

聖詠吟唱

聖詠一一二

對經一：
五旬節日一到，信徒們都聚集在一起，阿肋路亞。

上主的僕人，請同聲讚頌，※
讚頌上主的名。
　　願上主的名受讚美，※
　　從現在直到永遠。
從日出到日落，※
願上主的名受讚美。
　　上主超越列國萬邦，※
　　祂的光榮凌駕穹蒼。
誰能與上主，我們的天主相比？※
祂從高處俯視諸天和大地。
　　把軟弱的人從塵埃裏救起，※
　　把窮苦的人由糞土中高舉。
使他們與公卿同席，※
與民間的縉紳並坐。
　　使那不妊的婦女安居家中，※
　　成為多子的母親，其樂融融。

聖詠一四六

對經二：
使徒們看到了一些像火焰的舌頭，聖神就分別降臨到他們每個人身上，阿肋路亞。

請讚頌上主，+
歌頌我們的天主是件美事，　※
讚美歌頌祂，　甘飴之至。
　　上主重建了耶路撒冷，　※
　　聚集了離散的以色列。
祂醫治了破碎的心靈，　※
親自包紮他們的創傷。
　　點點繁星，　由祂制定，　※
　　顆顆星辰，　是祂命名。
上主至大至尊，　威能無比，　※
祂的智慧無法估計。
　　上主將謙虛的人扶起，　※
　　將作惡的人貶抑至地。
請唱感恩的詩歌，　稱謝上主，　※
彈琴讚頌我們的天主！
　　祂以雲霧遮蔽高天，　※
　　把雨露賜給農田；
祂使青草生於群山；　※
創造植物供人吃穿。
　　祂將食物賜予家畜，　※
　　飼養索食的鴉雛。
駿馬名駒，　祂不喜歡，　※
猛將勇士，　祂不中意。
　　祂只喜愛那敬畏祂的人，　※
　　賞識那信賴祂慈愛的人。

聖歌 默一一五, 3-4

對經三：
那發自父的聖神必要光榮我，　阿肋路亞。

上主，　全能的天主，　※
祢的作爲何等偉大奇妙！
　　萬世的君王，　※
　　祢的道路多麼公平眞實！
上主，　誰敢不敬畏祢？　※
誰敢不稱揚祢的名號？
　　因爲只有祢是聖善的，+
　　萬民都要前來朝拜祢，　※
　　因爲祢彰顯了祢的正義。

短讀經 羅八，11

如果那使耶穌從死者中復活者的聖神住在你們內，那麼，那使基督從死者中復活的，也必要藉那住在你們內的聖神，使你們有死的身體復活。

對答詠

領：護慰者聖神，阿肋路亞，阿肋路亞。
答：護慰者…
領：將教導你們一切。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：護慰者…

謝主曲對經：

聖神，請降臨充滿祢信者們的心，在他們心中點燃祢的愛火；祢恩賜信者說各種語言，因而使萬民團結一起，明認同一的信仰，阿肋路亞。

禱詞

全能的天主在五旬節日，從天上派遣聖神降臨到使徒們身上；我們要熱烈的讚美祂，以愉快和虔敬的心情懇求祂：

天主，求祢派遣祢的聖神，來更新世界。

天主，祢在起初創造了天地，時期一到，
祢又藉著基督重整了一切，
— 求祢藉祢的聖神常常更新大地，
　使世人得到救恩。

祢曾把生命的氣息吹入亞當身內，
— 求祢派遣聖神給祢的教會，使教會藉著聖神而平安生活，充滿青春活力，並使世界藉著聖神而得到生命。

求祢以聖神的眞光，照耀普世人群，
並驅除我們這時代的黑暗，
— 使仇恨化爲愛火，使憂苦變爲喜樂，
　使戰爭化爲持久的和平。

求祢用那從基督肋旁所流出的聖神之水，
灌溉我們乾涸的心田，
— 使世人擺脫一切罪惡的荆棘。

天主，祢藉聖神引領人類，
進入祢的生命與光榮中，
— 求祢藉同一聖神，使所有去世的弟兄，
分享祢愛的幸福。

我們的天父， 願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *見晨禱。*

序經對經：
阿肋路亞，上主的神充滿了大地，請大家前來朝拜，阿肋路亞。

晨　禱

讚美詩

1. 四季運轉，時光不停，
聖神降臨人間，門徒們欣喜若狂。
2. 紅光閃閃，火舌出現，
口才驚四座，愛火震八方。
3. 使徒講萬國方言，聽衆齊感驚慌，
初以爲酒醉狂語，
豈不知聖神從天而降。
4. 復活節後五十天，降臨的奧蹟完成，
依上主的計劃，正是大赦的時光。
5. 大慈大悲的天主，我們俯首向祢哀求，
將聖神的恩惠，傾注在我們身上。
6. 求祢以聖神的愛火，燒熱我們的冰心，
消除罪污，賞賜寧靜的時光。
7. 我們因祢認識父和聖子，
祢是父子共發的聖神，
我們堅信祢的大能，世世不忘。阿們。

對經一：
主，祢的神在我們內，這是多麼美好，多麼甘飴！阿肋路亞。

聖詠及聖歌見聖詠集第一週主日晨禱 27 頁

對經二：

水泉及水中的一切生物，請讚頌天主，阿肋路亞。

對經三：

使徒們講各國方言，宣揚天主的奇事，阿肋路亞。

短讀經 *宗五，30-32*

我們祖先的天主、復活了你們下毒手懸在木架上的耶穌。天主以右手舉揚了祂，使祂做首領和救主，為賜給以色列人悔改和罪赦。我們就是這些事的證人，並且天主給那些服從祂的人所賞賜的聖神也為此作證。

對答詠

領：眾人都充滿了聖神，
　　阿肋路亞，阿肋路亞。
答：眾人…
領：並開始講話。
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：眾人…

讚主曲對經：

你們領受聖神吧！你們赦免誰的罪，誰的罪就蒙赦免，阿肋路亞。

禱詞

主基督藉聖神使祂的教會團結一致；我們懷著堅強的希望向祂祈求：

主，求祢更新大地。

主耶穌，祢曾在十字架上被高高舉起，
從肋旁湧出了活水的江河，
— 求祢給我們賜下賦予生命的聖神。
坐在天父右邊的光榮之主基督，
祢曾賜給祢的門徒們天父的恩惠，
— 求祢派遣聖神，來更新我們的世界。
祢曾賦予使徒們靠聖神赦罪的權力，
— 求祢摧毀世上的一切罪惡。
祢曾應許要派遣聖神，來教導我們一切，
也使我們想起祢從前所宣講的一切。

一　求祢給我們派遣聖神，
　　光照我們的信德。
祢曾應許，要派遣眞理之神，
來爲祢作證，
一　求祢給我們派遣聖神，
　　使我們也成爲祢的忠實見證。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

天主，祢以今天慶祝的奧蹟，聖化了分佈在世界各國、各民族間的整個教會。求祢使聖神的恩寵，充滿寰宇；并繼續在信徒們心中完成祢的神妙化工，猶如當年開始傳佈福音時祢所完成的一樣。

第二晚禱

讚美詩　*見 20 頁*

聖詠吟唱

對經一：
上主的神充滿了大地，阿肋路亞。

聖詠見聖詠集第一週主日 32 頁

對經二：
天主，求祢從耶路撒冷的聖殿，顯示出祢為我們施展的大能，阿肋路亞。

對經三：
眾人都充滿了聖神，並開始講話，阿肋路亞。

短讀經　*弗四，3-6*

你們要盡力以和平的聯繫，保持心神的合一，因爲只有一個身體和一個聖神，正如你們蒙召，同有一個希望一樣。只有一個主，一個信德，一個洗禮；只有一個天主和眾人之父，祂超越眾人，貫通眾人，且在眾人之內。

對答詠

領： 上主的神充滿了大地，
　　阿肋路亞，阿肋路亞。
答： 上主…
領： 祂包羅萬象，通曉一切言語。
答： 阿肋路亞，阿肋路亞。
領： 願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答： 上主…

謝主曲對經：

今天五旬節期已滿，阿肋路亞；今天聖神以火的形象顯現給門徒們，賜給他們奇恩異寵；派遣他們到世界各地宣講、作證：凡相信而受洗的，必會得救，阿肋路亞。

禱詞

天主聖父藉著基督創始了祂的教會，在五旬節日藉著聖神向世界顯示了祂的教會；我們現在以歡欣的心情懇求祂：
　　求祢給教會，派遣祢的聖神。
祢願意所有帶有基督名號的人，
都藉著同一洗禮，在聖神內，成為一體，
— 求祢賞賜信衆一心一意，彼此合作。
祢願意使聖神的愛火充滿世界，
— 求祢幫助所有的人
　　共同建設一個正義與和平的世界。
主天主，萬有之父，祢願意四散的子女，
因著同一信仰，聚集在一起，
— 求祢以祢聖神的恩寵，光照世界。
祢藉聖神更新一切，
— 求祢治好病患，安慰憂苦，
　　使所有的人都得到救恩。
祢藉聖神，使祢的聖子，死而復活，
— 求祢賞賜已亡的兄弟姊妹，
　　來日也得到復活的光榮。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見晨禱。*

結束詞

領：祝大家平安！阿肋路亞，阿肋路亞。
答：感謝天主，阿肋路亞，阿肋路亞。

復活期結束

常年期內主的慶節

聖神降臨後主日

聖三節　節日

第一晚禱

謝主曲對經：
天主，我們感謝祢；真實而唯一的聖三，唯一而至高的天主，唯一而至聖的一體性的天主，我們感謝祢。

結束禱詞　*見晨禱。*

序經對經：
真實的天主，一體有三位，三位在一體，請大家前來朝拜。

晨　禱

聖詠吟唱

對經一：
至聖聖三，尊榮與權力屬於祢，光榮與大能屬於祢，讚頌與歡慶屬於祢，直到永遠。

聖詠及聖歌見聖詠集第一週主日晨禱27頁

對經二：
至聖聖三，祢所創造的萬物理當讚頌祢、朝拜祢、光榮祢。

對經三：
萬有都來自祂，萬有都靠祂並在祂內而存在；願光榮歸於祂，直到永遠。

讚主曲對經：
萬物的創造者和統治者、至聖而不可分的聖三應受頌讚，從現在直到萬世萬代，永不間斷。

結束禱詞
天主聖父，祢把真理的聖言及聖化的聖神派遣到世上來，向世人啓示了祢偉大而奇妙的奧跡；求祢幫助我們明認此真實的信仰，認識無限榮耀的永恒聖三，敬拜全能的唯一天主。

第二晚禱

謝主曲對經：
天主父，祢不是被生的；聖子，祢是獨生子；聖神，祢是護慰者；我們一心一意，眾口同聲感謝祢、頌揚祢、讚美祢—至聖而不可分的聖三；願光榮歸於祢，直到永遠。

結束禱詞 *見晨禱*

聖三節後主日

基督聖體聖血節 節日

第一晚禱

謝主曲對經：
主，祢的心意是多麼甘飴，祢為了向祢的子女表示祢的慈善，就由天上賜下最甘美的食糧，使饑餓者飽饗美味，使傲慢的富人空手而回。

序經對經：
主基督是生命之糧，請大家前來朝拜。

晨　禱

聖詠吟唱

對經一：
祢以天使的食糧養育了祢的子民，祢賜給了他們由天而降的食糧，阿肋路亞。

聖詠及聖歌見聖詠集第一週主日晨禱27頁

對經二：
聖潔的祭司向天主奉獻乳香和麵餅，阿肋路亞。

對經三：
我要把隱藏的瑪納和一個新名號賜給那位勝利者，阿肋路亞。

讚主曲對經：
我是從天降下的生活的食糧；誰若吃了這食糧，必要永遠生活，阿肋路亞。

結束禱詞
主基督，祢藉祢神妙的聖體聖事，留下了祢苦難的紀念；求祢使我們敬拜祢聖體聖血的奧跡，而常能體驗到祢救恩的效果。

第二晚禱

謝主曲對經：
基督充作飲食的聖筵：使人紀念祂的受難，我們的心靈充滿聖寵，也使我們獲得來日分享光榮的保證，阿肋路亞。

結束禱詞 *見晨禱。*

聖神降臨後第二主日後星期五

耶穌聖心節 節日

第一晚禱

謝主曲對經：
我來是為把火投在地上；我多麼盼望它已經燃燒起來。

結束禱詞
全能的天主，我們敬禮祢鍾愛之子的聖心時，也懷念祂對我們的無限慈愛，和所施予的種種恩惠；求祢使我們從這天恩的泉源中汲取豐富的聖寵。

序經對經：
耶穌聖心為了愛我們而被刺傷，請大家前來朝拜。

晨禱

聖詠吟唱

對經一：
耶穌站著大聲喊道：誰若渴了，就到我這裏來喝吧！

聖詠及聖歌見聖詠集第一週主日晨禱 27 頁

對經二：
凡勞苦和負重擔的，你們都到我這裏來吧！我要使你們安息。

對經三：
我兒，將你的心交給我；你的眼要注視我的道路。

讚主曲對經：
天主出於祂的慈懷眷顧了我們，救贖了祂的子民，阿肋路亞。

結束禱詞 *見第一晚禱*

第二晚禱

謝主曲對經：
主念及祂自己的仁慈，把我們接入祂的懷中、祂的心內，阿肋路亞。

結束禱詞 *見第一晚禱*

常年期

主日用對經及結束禱詞

在常年期主日每部分日課的結束禱詞用本主日專用的禱詞。

第一主日：主受洗日

用聖詠集第一週

第二主日

用聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：
請看天主羔羊，請看除免世罪者，阿肋路亞。

晨禱

讚主曲對經：
門徒們來到，看了耶穌的住所，從那一天起，就在那裏住下。

結束禱詞

全能永生的天主，天地萬物的統治者，求祢仁慈地俯聽祢子民的哀禱，使我們今世得享祢所賜的平安。

第二晚禱

謝主曲對經：
在加里肋亞的加納舉行婚宴，耶穌和祂的母親也在那裏。

第三主日

用聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：
那時耶穌宣講天國的福音，治好民眾的一切疾病。

晨禱

讚主曲對經：
主說，你們來跟隨我吧！我將使你們成為捕人的漁夫。

結束禱詞

全能永生的天主，求祢指引，使我們能以言行配合祢仁愛的計劃；並使我們常在祢愛子的名下，結出豐碩的果實。

第二晚禱

謝主曲對經：
上主的神臨於我身；祂派遣我向貧窮人宣講福音。

第四主日　　用聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：
耶穌見到群眾，便上山；祂的門徒聚到祂面前，祂便開口施教。

晨　禱

讚主曲對經：
群眾對耶穌的道理感到驚奇，因為祂講道時，具有權威。

結束禱詞

上主、我們的天主，求祢使我們以兒女孝愛之情愛祢，以祢聖子博愛的精神愛人。

第二晚禱

謝主曲對經：
群眾對天主所說的一切，都感到驚奇。

第五主日　　用聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：
你們是世界的光，你們的光應在人前照耀，好讓他們看到你們的善行，而光榮你們的在天之父。

晨　禱

讚主曲對經：
破曉時耶穌起身，出去到曠野的地方祈禱。

結束禱詞

仁慈的天主，求祢垂顧祢的子民；祢的恩寵既是人類唯一的希望，求祢時時保祐我們。

第二晚禱

謝主曲對經：
師傅，我們一夜勞苦，毫無所獲；但我聽從祢的話再度撒網。

第六主日　　　　用聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：
你在祭台前奉獻供物時，如果想起有弟兄對你不滿，就當把供物留在那裏，先去與那位弟兄和好，然後再來獻上你的供物，阿肋路亞。

晨禱

讚主曲對經：
主，只要祢願意，就能使我潔淨。耶穌說，我願意，你潔淨了吧！

結束禱詞

天主，祢樂於住在誠樸、正直人的心中。但願賴祢恩寵的助佑，我們也能度誠樸、正直的生活，使我們的心靈，真能成爲祢所喜愛的居所。

第二晚禱

謝主曲對經：
你們貧窮的人是有福的，因為天主的國是你們的。你們現在饑渴的人是有福的，因為你們將獲得飽飫。

第七主日　　　　用聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：
主說：你們當為迫害和毀謗你們的人祈禱，這樣你們才可做天父的兒女。

晨禱

讚主曲對經：
癱子拿起自己躺過的床，讚美天主；群眾見了也都頌揚天主。

結束禱詞

全能的天主，求祢使我們思念純正，常常嚮慕精神的美善，並能以言以行遵奉祢的旨意。

第二晚禱

謝主曲對經：

主說：你們不要判斷人，以免受人判斷；因為你們如何判斷人，也要照樣受人判斷。

第八主日　　用聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：

你們首先要追求的、是天主的國和它的正義，其他的一切，天主自然會賜給你們。

晨　禱

讚主曲對經：

沒有人將新酒裝進舊酒囊裏，新酒一定要裝在新酒囊裏。

結束禱詞

上主，但願世局的演變，都遵照祢正義與和平的計劃邁進；並使祢的教會不受任何干擾，常能歡欣鼓舞的侍奉祢。

第二晚禱

謝主曲對經：

好樹不能結壞果子，壞樹也不能結好果子。

第九主日　　用聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：

不是所有對我說「主啊！主啊！」的人都能進入天國，只有遵行我天父旨意的人才能進去。

晨　禱

讚主曲對經：

安息日是為人的益處而定立的，不是用來束縛人的。

結束禱詞

天主，祢上智的安排永不會錯；求祢消除人間的災禍，恩賜我們萬事順遂。

第二晚禱

謝主曲對經：

主！我當不起祢到舍下來，只要祢說一句話，我的孩子就會痊癒。

第十主日　用聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：

我喜歡的是仁愛，而不是祭祀；因為我來不是要召義人，而是要召罪人。

晨禱

讚主曲對經：

誰遵行天主的旨意，就是我的弟兄、我的姊妹、我的母親。

結束禱詞

天主，祢是一切美善的根源。求祢啟發我們尋求正理，並賴祢的助祐，而能付諸實行。

第二晚禱

謝主曲對經：

我們中間出了一位大先知，因為天主眷顧了祂的子民。

第十一主日　用聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：

你們要去宣講天國的福音；你們不勞而獲的，也要免費的施予。

晨禱

讚主曲對經：

天國好似一粒芥菜種籽，它雖然是世上最小的種籽，但成長的芥菜，卻比其他蔬菜都大。

結束禱詞

仁慈的天主，仰望祢的人，必獲得勇力；我們生性軟弱，沒有祢的助祐，便一無所能，求祢俯允我們，廣施恩寵；助祐我們遵守祢的誡命；所有思言行爲，都能得到祢的歡心。

第二晚禱

謝主曲對經：

耶穌向那婦人說：妳的信德救了妳，平安去吧！

第十二主日

用聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：

誰在世人面前承認我，我也要在我父面前承認他。

晨　禱

讚主曲對經：

主啊！救命！我們快淹死了！天主，請出命使風浪平靜。

結束禱詞

天主，祢從不遺棄深切愛慕祢的人；求祢使我們永遠敬畏、愛慕祢的聖名，並仰賴祢的聖名而生活。

第二晚禱

謝主曲對經：

誰決定追隨我，就應該捨棄自己，背起他的十字架來追隨我。

第十三主日　　用聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：
主說，誰接待你們，就是接待我；誰接待我，就是接待那派遣我的。

晨禱

讚主曲對經：
耶穌轉身看到她說：女兒，不要怕，妳的信德救了妳，阿肋路亞。

結束禱詞
天主，祢以恩寵化育，使我們成為光明之子；求祢賞賜我們，常生活在真理的光輝中，不為錯謬的黑暗所籠罩。

第二晚禱

謝主曲對經：
人子不是毀滅人，而是來拯救人。

第十四主日　　用聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：
主說：我的軛是甘飴的，我的擔子是輕鬆的。

晨禱

讚主曲對經：
很多聽眾對耶穌的道理感到驚奇說：他這一切是從那裏學來的呢？這不是那個木匠嗎？祂不是瑪利亞的兒子嗎？

結束禱詞
天主，祢因聖子謙卑自下，拯救了陷於死亡中的人類。請使我們因生活的革新而鼓舞；既然祢讓我們脫免罪惡的奴役，求祢也賜予我們得享永恒的歡樂。

第二晚禱

謝主曲對經：
莊稼多，工人少；因此你們要祈求莊稼的主人，派遣更多的工人去收割。

第十五主日　　用聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：
種子代表天主的話，撒種者是基督；凡聽從祂的，必將永遠生活。

晨　禱

讚主曲對經：
門徒們出去宣講，勸人悔改，用傅油治好許多病人。

結束禱詞

天主，祢常以眞理之光照耀徬徨歧途的人，引領他們返回正道，求祢使我們信仰基督的人，都能尋求眞理，擯棄一切有辱信仰的事物。

第二晚禱

謝主曲對經：
師傅，法律中那一條最重要呢？耶穌說：你要全心愛你的上主天主，阿肋路亞。

第十六主日　　用聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：
天國好像酵母，婦女把它混合在麵團裏，麵團就會發起來。

晨　禱

讚主曲對經：
耶穌看見群眾，就對他們動了慈心，因為他們好像沒有牧人照顧的羊群。

結束禱詞：

仁慈的天主，求祢垂憐，廣賜恩寵；使我們的信望愛三德日益真切，並能兢兢業業，恒心遵守祢的誡命。

第二晚禱

謝主曲對經：
瑪利亞選擇了最好的一份，別人決不能從她手中奪走。

第十七主日　　用聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：
天國好像一個商人，到處搜購珍珠；當他找到一顆寶貴的珍珠時，就變賣了一切產業，把它買下來。

晨　禱

讚主曲對經：
大家看到耶穌所行的奇跡，就彼此說：這一定是經上預言要來的那位先知！

結束禱詞
天主，仰望祢的人必蒙助祐；離開了祢便一無保障，一無是處。求祢廣施憐憫，使我們在祢的引領、照顧下，善用世物，得享永生。

第二晚禱

謝主曲對經：
你們求，必有所得；你們找，必會找到；你們叩門，必給你們打開，阿肋路亞。

第十八主日　　用聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：
那時，跟隨耶穌的人很多，他們沒有東西吃；耶穌就召集門徒，對門徒們說：我實在同情這些人。

晨　禱

讀主曲對經：
你們不要為那必朽壞的食物操勞，應為那永存的食糧努力。

結束禱詞

上主，求祢廣施仁慈，扶助祢的僕人們。我們深感榮幸地承認祢是創造和主宰宇宙的君王；求祢改造我們並保護我們。

第二晚禱

謝主曲對經：
弟兄們，你們若願意致富，就應該喜愛真的財富。

第十九主日　　用聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：
主！讓我在水上走到祢那裏去吧！耶穌伸手拉住伯鐸，向他說：你這個小信心的人，為什麼懷疑？

晨　禱

讀主曲對經：
我實在告訴你們，誰相信我，就必有永生，阿肋路亞。

結束禱詞

全能永生的天主，我們能稱祢爲父，深感榮幸；求祢在我們心中培育祢義子的精神，以承受祢所預許的天堂產業。

第二晚禱

謝主曲對經：
主說：你的財富在那裏，你的心也在那裏。

第二十主日　　用聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：
婦人，妳的信心很大，我就答應妳的要求。

晨　禱

讚主曲對經：
我是從天降下的生活的食糧，誰吃了這食糧，必將永遠生活，阿肋路亞。

結束禱詞

天主，祢為所愛的人準備了奇妙的眞福；求祢將聖愛之火傾注我們心中，使我們愛祢在萬有之上，以獲得遠勝我們所想望的恩許。

第二晚禱

謝主曲對經：
我來是要在地上點火，如果這火燃燒起來，我才如願以償。

第二十一主日　　用聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：
祢是基督，生活的天主子。巴耳．約納．西滿，你眞是有福。

晨　禱

讚主曲對經：
主！我們要投奔誰呢？祢有永生的話；我們相信，並且確知祢就是天主子、基督，阿肋路亞。

結束禱詞

天主，求祢使我們信衆團結一致，愛慕祢的誡律，期待祢的恩許；雖然處身於變幻的塵世中，而能潔身自好，一心嚮往天堂。

第二晚禱

謝主曲對經：
將來要有許多從東方、西方來的人，在天國裏和亞巴郎、依撒及雅格一同歡宴。

第二十二主日　　用聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：
就算你們賺到了全世界，却喪失了自己的靈魂，那又有什麼益處呢？

晨　禱

讚主曲對經：
你們要聽從並了解主所留給你們的傳授。

結束禱詞
　全能的天主，萬美萬善的主宰，求祢加深我們對祢的敬愛，堅強我們的信德；並求祢在我們心中播下愛德的種子，使它發芽滋長；在祢的助祐之下，得以成熟而豐收。

第二晚禱

謝主曲對經：
你去赴宴時，要先坐末席；主人看這情形，會對你說：朋友，請上座！那時，你在賓客前，便大有光彩，阿肋路亞。

第二十三主日　　用聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：
主說：那裏有兩三個人因我的名聚在一起，我就在他們中間。

晨　禱

讚主曲對經：
祂所做的一切都好，祂使聾子聽見，使啞巴說話，阿肋路亞。

結束禱詞

天主，祢救贖了我們，收我們爲子女；求祢仁慈地照顧我們，使我們因信仰祢的聖子真能獲得心靈的自由，以繼承天國永恒的產業。

第二晚禱

謝主曲對經：

主說，誰不背起他自己的十字架來跟隨我，就不配作我的門徒。

第二十四主日

用聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：

耶穌對伯鐸說：我不對你說，寬恕七次；卻說，應該寬恕七十個七次。

晨禱

讚主曲對經：

主說：誰為了我及福音的緣故喪失了生命，必將得到生命。

結束禱詞

創造、宰制萬有的天主，求祢垂顧我們，使能以整個心靈侍奉祢，讓我們體會到祢慈愛的恩效。

第二晚禱

謝主曲對經：

我對你們說：一個罪人回頭改過，天主的天使都要為他歡喜。

第二十五主日

用聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：

請你們也到我葡萄園裏來，我要給你們合理的工資。

晨　禱

讀主曲對經：

主說：你們當中那最大的一位，該作你們的僕人；自大的人，必被貶抑；自謙的人，必受尊敬。

結束禱詞

天主，祢曾曉諭我們「愛主、愛人」，乃是祢所有誡律的中心；求祢使我們恪遵祢的誡命，日後獲享天國永生。

第二晚禱

謝主曲對經：

主說：沒有人能侍奉兩個主人，你們不能侍奉天主，而又侍奉錢財。

第二十六主日

用聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：

不是所有對我說「主啊！主啊！」的人都能進入天國，只有遵行我天父旨意的人，才能進去。

晨　禱

讀主曲對經：

主說：無論誰因我的名，給你們一杯涼水喝，因為你們是我的門徒，那人決不會得不到酬報。

結束禱詞

天主，祢在仁慈及寬恕方面，充分地顯示了祢的全能；求祢隨時以聖寵傾入我們心中，促使我們追求祢的恩許，來日分享祢天國的財富。

第二晚禱

謝主曲對經：

孩子，你要記得，你一生享盡福樂，拉匝祿卻受盡苦楚。

第二十七主日　　用聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：
他定要兇狠地把那些壞人殺光，然後把葡萄園租給那如期交付租金的園戶。

晨　禱

讚主曲對經：
不要阻止孩童到我這裏來，因為天國正屬於這樣的人。

結束禱詞
全能永生的天主，祢以無限慈愛恩待我們，遠超過我們的功德和期望；求祢廣施仁慈憐憫，赦免那使我們內心不安的罪惡，賞賜我們於哀禱中所不敢希求的恩惠。

第二晚禱

謝主曲對經：
你們要說：我們是無用的僕人，只不過盡我們的本分而已。

第二十八主日　　用聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：
有一個人擺設了盛筵，請了許多客人；一切都準備好了，他就派僕人去催促客人來赴宴，阿肋路亞。

晨　禱

讚主曲對經：
你們拋棄了一切來跟隨我，都要得到百倍的報酬，並且獲得永生。

結束禱詞
上主，求祢以聖寵引領我們，支援我們，使我們時時處處專務善功。

第二晚禱

謝主曲對經：
其中一個痲瘋病人，看見自己痊癒了，就回來高聲讚美天主，阿肋路亞。

第二十九主日　　用聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：
屬於凱撒的，應還給凱撒；屬於天主的，應還給天主，阿肋路亞。

晨　禱

讚主曲對經：
人子不是來受人服事，而是要來服事別人，並且犧牲性命，作為眾人得救的代價。

結束禱詞

全能永生的天主，求祢使我們常能爽快地服從祢的旨意，為了祢的光榮，誠懇地奉獻我們的服務。

第二晚禱

謝主曲對經：
當人子來臨時，你想，祂會在世上找到信德嗎？

第三十主日　　用聖詠集第二週

第一晚禱

謝主曲對經：
師傅，法律中那一條最重要呢？耶穌說：你要全心愛你的上主、天主，阿肋路亞。

晨　禱

讚主曲對經：
達味之子，可憐我吧！你要我為你作什麼？主，請使我看見。

結束禱詞

全能永生的天主，求祢堅定我們的信德，加強我們的望德，激發我們的愛德，使我們愛慕、遵守祢的誡命，以獲得祢的恩許。

第二晚禱

謝主曲對經：
稅吏回到家裏，竟成為義人；因為自大的人，必受貶抑；自謙的人，必受尊敬。

第三十一主日　　用聖詠集第三週

第一晚禱

謝主曲對經：
你們只有一位天上的導師：主基督。

晨　禱

讚主曲對經：
你要全心愛上主你的天主，且要愛人如己。沒有其他更大的誡命。

結束禱詞

全能仁慈的天主，由於祢的恩寵助祐，祢的信徒們才能相稱地讚美祢，合宜地侍奉祢，求祢使我們順利尋獲祢的恩許。

第二晚禱

謝主曲對經：
人子降來，是為尋找並拯救迷途的人。

第三十二主日　　用聖詠集第四週

第一晚禱

謝主曲對經：
到了半夜，有人喊說：新郎來了，快來迎接吧！

晨　禱

讚主曲對經：
這位窮寡婦比他們奉獻的都多，因為她一貧如洗，卻把全部生活費都獻出了。

結束禱詞

全能仁慈的天主，求祢剷除對我們不利的一切障礙，使我們能以自由的身心，遵守祢的誡命，奉行祢的旨意。

第二晚禱

謝主曲對經：
天主不是死人的天主，而是活人的天主：所有的人都因祂而生活，阿肋路亞。

第三十三主日

用聖詠集第一週

第一晚禱

謝主曲對經：
做得好，你真是一位好僕人，你在小事上忠於職守。來，分享主人的快樂吧！

晨禱

讚主曲對經：
他們將看到人子乘著彩雲，帶著威能和榮耀降臨。

結束禱詞

上主，我們的天主，求祢使我們常樂於忠誠為祢服務；因為唯有侍奉祢、萬有真原的主宰，才能獲得永恒、圓滿的幸福。

第二晚禱

謝主曲對經：
主說：你們堅忍到底，就必能保全你們的靈魂。

第三十四主日

基督普世君王節日

第一晚禱

謝主曲對經：

上主天主要把祂祖先達味的王位賜給祂，祂要為王統治雅格家，直到永遠；祂的王權無窮無盡。

序經對經：

耶穌基督是萬王之王，請大家前來朝拜。

晨禱

聖詠吟唱

對經一：

請看，有一個人名叫「旭日」；祂將為王，統治一切；祂將向萬民宣佈和平。

聖詠及聖歌見聖詠集第一週主日晨禱27頁

對經二：

祂將到處受頌揚，直到天涯海角，祂自己將是和平。

對經三：

上主賜給了祂權力、尊榮和王國；萬邦萬國、各民各族都要侍奉祂。

讚主曲對經：

祂是死者中首先復活的，普世君王的首領，祂使我們形成了一個王國，奉獻給祂的父天主。

結束禱詞

全能永生的天主，祢願意藉著祢的愛子重整一切，使天上地下無不奉祂爲萬王之王；求祢使我們，所有自奴役中被解救的人類，都能崇奉祢爲尊威的主宰，永遠同聲讚揚祢。

第二晚禱

謝主曲對經：

主說：天上和人間的一切權柄都交給了我。

結束禱詞 *見晨禱。*

聖人專用部分

二月二日

獻耶穌於聖殿　慶日

第一晚禱（遇主日時用）

謝主曲對經：
老人懷抱著身為君王的嬰兒，這嬰兒是貞女所生，貞女生子後仍是貞女；她曾朝拜親生的兒子。

序經對經：
請看，主基督來到了自己的殿宇，請大家前來朝拜。

晨　禱

讚主曲對經：
耶穌聖嬰的父母把祂帶進了聖殿，西默盎把祂抱在懷中，讚美天主。

結束禱詞
　全能永生的天主，我們懇切祈求祢，使我們身心純潔，作為呈獻給祢的禮品，就像祢的獨生子今天帶著我們血肉的身體，被呈獻在聖殿中一樣。

第二晚禱

謝主曲對經：
今天貞女瑪利亞在聖殿中將聖嬰耶穌獻給上主，西默盎充滿聖神，把嬰兒抱在懷中，讚美天主。

三月十九日

聖若瑟節（中華主保）　節日

第一晚禱

謝主曲對經：
請看忠信而明智的僕人，主人派他作自己的管家（復：阿肋路亞）。

序經對經：
在此聖若瑟的慶節，我們要讚美主基督。(阿肋路亞)。

晨禱

讚主曲對經：
若瑟便在納匝肋鎮定居，這就應驗了先知關於基督的預言：祂將被稱為納匝肋人。(復：阿肋路亞)。

結束禱詞
全能的天主，祢曾將救主耶穌及祂的母親瑪利亞，從開始便託付給聖若瑟照顧；求賜祢的教會，在他的護佑之下，忠實地執行祢聖子所託付的救人使命。

第二晚禱

謝主曲對經：
耶穌開始傳道時，年約三十歲，人都以為祂是若瑟之子(復：阿肋路亞)。

三月二十五日

天使報喜節 *(預報救主降生)* 節日

第一晚禱

謝主曲對經：
瑪利亞，聖神要降臨到你身上，至高者的能力要庇蔭你(復：阿肋路亞)。

序經對經：
聖言降生成人：請大家前來朝拜。(阿肋路亞)。

晨禱

讚主曲對經：
天主由於對我們的大愛，派遣祂的兒子，取得與我們相似的有罪的肉體(復：阿肋路亞)。

結束禱詞

天主，祢願意祢的聖子在童貞瑪利亞懷中，降生成人，作我們的救主；我們承認並相信祢是真天主，也是真人；求祢使我們勉力效法祂，以分享祂的天主性。

第二晚禱

謝主曲對經：
佳播天使對瑪利亞說：萬福，你充滿聖寵，主與你同在；你在婦女中當受讚頌
（復：阿肋路亞）。

六月二十四日

洗者聖若翰誕辰　節日

第一晚禱

謝主曲對經：
匝加利亞進了上主的聖殿，上主的天使站在香壇的右邊顯現給他。

序經對經：
若翰高興地將天主羔羊指示了給我們，請大家前來朝拜。

晨　禱

讚主曲對經：
匝加利亞立刻開口，講預言說：以色列的天主應受讚美。

結束禱詞

天主，祢簡選了洗者聖若翰，幫助祢的子民善作準備，以迎接主基督的來臨。求祢賜予祢的子民內心的喜樂，並引領所有信從祢的人，走上救恩與平安的道路。

第二晚禱

謝主曲對經：
為我們誕生的這個嬰孩比先知還要大；因為救主談到他的時候曾說過：由婦女所生的人中間，沒有一位比洗者若翰更大的。

結束禱詞　見晨禱

六月二十九日

聖伯鐸（伯多祿）及
聖保祿兩位使徒　節日

第一晚禱

謝主曲對經：
基督的兩位光榮使徒在世時相親相愛，去世時也不分離。

序經對經：
請大家前來朝拜主，使徒們的君王。

晨禱

讚主曲對經：
西滿伯鐸說：主，我們去投奔誰呢？唯獨祢有永生的話。我們相信，而且也知道祢是基督、天主子，阿肋路亞。

結束禱詞
天主，祢今天賜給了我們歡欣鼓舞的心情，慶祝聖伯鐸及聖保祿的慶節；祢的教會首先由他們接受了信仰；求祢恩賜我們在一切事上，遵從他們的遺訓，以繼續發揚祢的教會。

第二晚禱

謝主曲對經：
主，祢的使徒伯鐸，外邦人的導師保祿，給我們講授了祢的法律。

八月六日

耶穌顯容　慶日

第一晚禱 *（此慶節如遇主日時用）*

謝主曲對經：
天父光榮的反映和天主本體的真像、耶穌基督以祂大能的話支配著萬有，洗淨人的罪過，今天在一座高山上顯示了祂的榮耀。

序經對經：

請大家前來朝拜光榮的、至高無上的君王。

晨　禱

讚主曲對經：

請聽，有聲音從雲中發出說：這是我的愛子，我所喜悅的，你們要聽從祂，阿肋路亞。

結束禱詞

天主，祢的聖子基督榮顯聖容時，祢藉著古聖祖的作證，堅定了我們信德的眞理；又奇異地預定了我們作祢的義子；求祢惠賜我們，今生聽從祢愛子的訓誨，來世與祂同爲天國的繼承人。

第二晚禱

謝主曲對經：

門徒們聽見了，就俯伏在地，非常害怕，耶穌就前來撫摸他們說：起來吧！不要害怕。

八月十五日

聖母升天節　節日

第一晚禱

謝主曲對經：

萬代的人都要稱我有福，因為全能者給我作了奇事，阿肋路亞。

序經對經：

今天童貞聖母被接上升天庭，請大家前來朝拜萬王之王。

晨　禱

讚主曲對經：

請看撒冷女兒的美麗，她上升天鄉，有如旭日升起。

結束禱詞

全能永生的天主，祢賜給了祢的聖子之母，無玷童貞瑪利亞特殊的恩惠，使她靈魂肉身光榮地升天；求祢也賞賜我們，今世常仰慕天鄉，來世與她同享榮福。

第二晚禱

謝主曲對經：
今天童貞瑪利亞被接升天；請歡欣踴躍，因為她與基督永遠為王。

九月十四日

光榮十字聖架　慶日

第一晚禱（此慶節如遇主日時用）

謝主曲對經：
基督必須先受苦，從死者中復活，然後才進入祂的光榮。

序經對經：
君王基督為我們被高舉在十字架上，請大家前來朝拜。

晨　禱

讚主曲對經：
主，我們敬拜祢的十字架，我們讚美、光榮祢的神聖復活：因為喜樂藉助十字聖木來到了世界。

結束禱詞

天主，祢爲拯救人類，甘願使祢的唯一聖子被釘死在十字架上；求祢賞賜我們，今世能深切領悟這無限愛情的奧蹟，來日在天上，獲享祢聖子救恩的果實。

第二晚禱

謝主曲對經：
勝利的十字架，可奇的標記，請領導我們凱旋地進入天庭。

十一月一日

諸聖節　節日

第一晚禱

謝主曲對經：
榮耀的使徒團讚美祢，壯大的先知隊伍讚美祢，白衣的殉道軍旅讚美祢；所有聖者和蒙選者都同聲頌揚祢，至聖聖三、唯一天主。

序經對經：
天主在聖人聖女中彰顯榮耀，請大家前來朝拜祂。

晨　禱

讚主曲對經：
義人在天父的國內光芒四射，有如太陽，阿肋路亞。

結束禱詞

全能永生的天主，我們今天在這同一慶節上，祝賀祢所有聖人聖女們的功德；求祢因這樣眾多聖者的代禱，豐厚地賞賜我們殷切期望的恩寵。

第二晚禱

謝主曲對經：
這是如何充滿榮耀的王國！所有聖者在那裏與基督一起歡樂。他們身穿白袍，追隨基督，形影不離。

十一月二日

追思亡者

如遇主日，雖應舉行追思亡者彌撒，卻應誦唸主日日課。但如有教友參與時可誦唸本日的晨禱與晚禱。

一切如追思亡者通用日課 452 頁

結束禱詞

上主，求祢仁慈地垂允我們的祈禱，使我們堅信祢的聖子從死者中復活，也讓我們對所有去世的兄弟姊妹們的復活，懷著殷切的期望。

十一月九日

拉特郎大殿奉獻日　慶日

第一晚禱

謝主曲對經：
所有愛慕耶路撒冷的人，請同它一起歡樂，因它而欣喜。

序經對經：
基督深愛祂的教會，請大家前來朝拜。

晨禱

讚主曲對經：
匝凱，你快下來，我今天要住在你家中。他便趕快下來，高興地款留耶穌。今天這一家得到了天主的救恩。

結束禱詞

天主，祢以特選的活石，為自己修建莊嚴、永恒的殿宇。求祢以聖神的恩寵廣施於祢的教會，使忠信於祢的子民日新月盛，以擴建天上的耶路撒冷。

第二晚禱

謝主曲對經：
上主祝聖了自己的居所：這是天主的殿宇，人在此要呼求天主的聖名；正如所記載的，天主曾說：我的名字必留在那裏。

十二月八日

聖母始胎無原罪　節日

第一晚禱

謝主曲對經：
今後，萬代的人都要稱我有福；因為全能者給我做了奇事，阿肋路亞。

序經對經：
我們今天要慶祝童貞瑪利亞無玷始胎的奧跡；請朝拜她的兒子，我們的主基督。

晨　禱

讚主曲對經：
上主天主對蛇說：我要把仇恨置於你和女人，你的後裔和她的後裔之間；她要踏碎你的頭顱，阿肋路亞。

結束禱詞

天主，祢在童貞瑪利亞存在的開始，便賞賜她免染原罪，使她配作祢聖子的母親。祢恩賜她提前分享祢聖子十字架帶來的救恩，而保護她完全不受任何罪污的沾染；求祢因她的轉求，也賞賜我們一生常能保持心靈的純潔。

第二晚禱

謝主曲對經：
萬福，瑪利亞，你充滿聖寵，主與你同在；你在婦女中受讚頌，你的親子同受讚頌，阿肋路亞。

追思亡者日課

序經對經：
所有的人都為君王基督而生活，請大家前來朝拜祂。

晨禱

讚美詩

1. 仁慈的基督，光榮的君王，
   祢降生成人，爲解救生靈，摧毀死亡。
2. 大能的救主，完成了逾越奧蹟，
   出死入生，
   追隨祢的人，永不失望。
3. 當祢再來時，邀請衆門徒，
   共赴天國喜筵，
   助我清醒祈禱，心燈常明亮。
4. 大慈大悲的上主，請垂憐我們的祖先，
   請垂憐去世的人，洗除罪污，
   賜他們早登天鄉。
5. 讚美聖父，讚美聖子，讚美聖神，
   享受光榮，萬世無疆。阿們。

聖詠 *五零*

對經一：
被折斷的骨骼將因上主再度雀躍。

天主，祢是仁慈的，求祢憐憫我，※
祢有豐厚的慈愛，求祢消滅我的罪惡。
　　求祢洗淨我的過犯，※
　　消除我的罪愆。
因爲我認清了我的罪過，※
我的罪惡常在我的眼前。
　　我得罪了祢，唯獨得罪了祢，※
　　我在祢面前作了惡事；
因此，祢在判決時，顯示祢的正義，※
祢在斷案時，表現祢的公平。
　　的確！我在罪惡中出生，※
　　我的母親在罪惡中懷孕了我。
是的，祢喜愛內心的眞誠，※
求祢使我的心靈充滿智慧。

求祢洗滌我，使我潔淨，※
洗滌我，使我潔白，白於雪。
求祢使我聽到愉快的歌聲，而喜樂，※
使祢所折斷的骨骼再度雀躍。
求祢轉面，不要看我的罪過，※
消除我的一切邪惡。
天主，求祢給我再造一顆純潔的心，※
在我五內注入堅強的精神。
求祢不要驅逐我，疏遠我，※
不要從我身上剝奪祢的聖神。
求祢再賜我得救的喜樂，※
以慷慨的精神扶持我。
我要引導惡人走上祢的道路，※
罪人也要歸依祢。
天主，我的救主，求祢豁免我的血債，※
我的口舌必要宣揚祢的公義。
上主，求祢開啓我的唇舌，※
我要親口讚頌祢。
因爲祢並不喜歡祭獻，※
我獻全燔祭，祢也不會悅納。
天主，我的祭獻，
就是痛悔的精神，※
祢不輕視痛悔和謙卑的赤心。
上主，求祢對熙雍廣施慈愛，※
爲耶路撒冷重建城垣。
祢必悅納合宜的犧牲，
祭品和燔祭，※
那時，
人們將把牛犢呈獻在祢的祭壇上。

聖歌 依三八，*10-14, 17-20*

對經二：
上主，求祢自陰府之門拯救我的靈魂。

我說過：我正值中年，就要去世；※
我的餘年將奔向陰府之門。
我說過：
我在人間再也見不到天主，※
在世上也看不到任何居民！

我的居所被拆去，※
好像牧童的帳幕被拔除。
　　祢好像織工捲起我的生命，+
　　由紡織機上把它割斷，※
　　祢從早到晚總想結果我。
我整夜呼救，直到清晨，+
祢卻像獅子咬碎我的骨骼，※
從早到晚總想結果我。
　　我呻吟如鴿子，我哀鳴像乳燕，※
　　我的雙目仰望上天，疲憊不堪。
是祢搶救了我的生命，※
使我脫離喪亡的深淵。
　　因為祢將我的罪惡，※
　　都拋在祢的腦後。
的確，陰府不會讚頌祢，+
死亡也不會稱揚祢，※
墜落深淵的人更不會仰望祢的信實。
　　活人，唯有活人讚頌祢，
　　像我今天一樣，※
　　為父的要使兒女認識祢的真誠。
上主，求祢拯救我，+
我們願以終生的歲月，※
在上主的殿內歌詠奏樂。

聖詠 一四五

對經三：
我要一生讚美我的天主。

我的靈魂，請讚美上主；+
我要一生一世讚美上主，※
只要一息尚存，我必歌頌我的天主。
　　你們不要仰賴達官和權貴，※
　　不可依靠無能為力的凡人。
他們一旦氣絕，必將歸於灰土，※
他們的計劃立刻就化為烏有。
　　凡以雅格的天主為扶助，※
　　寄望於上主的，真是有福。
上主創造天地萬物，※
海洋和其中的水族。

上主信實，直到永遠，※
為受壓迫的人伸冤。
祂給饑餓者食物，※
使囚犯獲得自由。
上主使瞎子復明，+
使受欺壓者挺身，※
上主眷愛義人。
上主保護旅客，+
扶助孤兒寡婦，※
使惡人迷失道路。
上主將永世為王，※
熙雍的天主，萬壽無疆。

或： **聖詠** *一五零*

對經三：
願一切有生命的讚美上主。

請你們在上主的聖所中，讚美上主，※
在祂顯示威能的太空，讚美上主。
請你們讚美上主的豐功偉業，※
讚美上主的無限偉大。
請你們吹起號角，讚美上主，※
彈琴鼓瑟讚美上主。
請你們擊鼓歌舞，讚美上主，※
撫弦吹簫讚美上主。
請你們用響亮的鐃鈸讚美上主，※
以鏗鏘的鐃鈸讚美上主。
一切有生命的，※
都要讚美上主。

短讀經 *得前四，14*

我們若是信耶穌死了，也復活了，同樣也必信天主要帶領那些安眠於耶穌內的人同祂一起來。

對答詠

領： 上主，我要讚揚祢，
因為祢拯救了我。
答： 上主…
領： 祢把我的痛苦化為喜樂。
答： 因為祢拯救了我。

領：　願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：　上主…

讀主曲對經：

我就是復活，就是生命；信我的人，雖然死了，仍然要活著；活著而信我的人，必永遠不死。

復活期：

基督復活了；祂光耀了祂用寶血所救贖的人民，阿肋路亞。

禱詞

全能的天父使耶穌基督從死者中復活，又將生命賜給我們有死的肉身；我們要向祂祈禱：

　上主，求祢使我們在基督內生活。

聖父，我們藉聖洗已歸於死亡，與祢的聖子一同埋葬，一同復活，度一個新生活，
— 求祢使我們死後，
　也能永遠與基督一起生活。

聖父，祢照顧宇宙萬物，祢賜給我們天降的活糧，使我們以聖潔的心靈領受，
— 求祢賜給我們永生，
　並使我們在末日復活起來。

天主，祢的聖子在山園憂悶祈禱時，
祢曾派遣了天使加強祂的力量，
— 求祢當我們出離此世時，
　賜給我們甘飴的希望，而獲得安慰。

天主，祢從火窯中拯救了三聖童，
— 求祢將亡者的靈魂，
　從他們應受的罪罰中拯救出來。

生者死者的天主，
祢使耶穌從死者中復活，
— 求祢也使逝世的人復活起來，
　使我們同他們一起進入永恒的光榮。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

(一) 為一位亡者

上主，我們堅信祢的聖子已從死者中復活，求祢仁慈地垂允我們的祈禱，讓我們對自己和祢這位逝世的僕人（某）的復活，也懷著殷切的期望。

(二) 為一位亡者

天主，祢是義人的生命，眾信徒的光榮；我們因祢聖子的死亡和復活，得到了救恩；求祢憐憫祢已故的僕人（某），他在世時曾堅信自己必將復活的奧蹟，求祢賞賜他獲得永恒的福樂。

(三) 為一位亡者

無限仁慈的天主，求祢俯聽我們的哀禱！祢既曾使祢的僕人（某），在世時作祢的子民；求祢今日也賞賜他進入光明、安寧的天鄉，得與眾聖人為伍，永享萬福。

(四) 為多位亡者

天主，祢使祢唯一聖子戰勝了死亡，榮歸天國為王。求祢也賞賜祢已故的僕人們（某及某），使他們也能戰勝死亡，早登天鄉，永遠瞻仰祢、造主救贖的眞主。

(五) 為親友恩人

天主，祢普施慈恩寬宥，喜見人人得救；求祢使我們已亡的祖先、兄弟姊妹、親友恩人們，仰賴終生童貞聖母瑪利亞和諸聖的轉求，獲登永福的天鄉。

晚　禱

讚美詩　*見晨禱*

聖詠吟唱

聖詠 一二零

對經一：
上主庇祐你免遭禍患，願上主保護你身心安全。

我舉目向聖山仰望，※
我的救助來自何方？

我的救助來自上主，　※
祂創造了天地萬物。
祂決不讓你的腳滑倒，　※
你的護守者不眠不休。
請看，以色列的護衛，　※
不睡眠，也不瞌睡。
上主站在你的身邊，　※
看守你，保護你。
白天，太陽不會傷你，
黑夜，月亮不會害你。
上主庇祐你免遭禍患，　※
祂必保護你身心安全。
上主保祐你出入平安，　※
從現今直到永遠。

聖詠 一二九

對經二：
上主，祢若細察我的罪辜，我主，有誰還能站得住？

上主，我從深淵呼求祢，＋
我主，求祢俯聽我的哀告，　※
側耳諦聽我的祈禱。
上主，祢若細察人的罪辜，　※
我主，又有誰還能站得住？
然而祢一向寬恕爲懷，　※
我們對祢起敬起愛；
我在期待，我的心靈期待上主，　※
期待上主的諾言。
我的心靈期待上主，勝於更夫待旦，　※
遠勝巡夜的人等待曙光出現。
以色列，你要仰賴上主，　※
因爲上主慈悲爲懷，樂於救贖。
祂必拯救以色列，　※
脫離一切罪惡。

聖歌 *斐二，6-11*

對經三：
正如父使亡者復起而生活，子也賜生命給祂所願賜予的人。

耶穌基督雖具有天主的形體，※
却沒有將自己與天主同等的地位，
把持不捨。
　　反而空虛自己，取了奴僕的形體，※
　　降生成人，與人相似。
形態上完全與人一樣，※
祂自謙自卑，服從至死，
且死在十字架上。
　　因此，天主高高舉揚了祂，※
　　賜給祂一個名號，超越一切名號。
使天上、人間和地下的一切，※
一聽耶穌的名號，都屈膝叩拜。
　　衆口同聲都明認耶穌基督爲主，※
　　以光榮天主聖父。

短讀經　*格前一五，55-57*

「死亡！你的勝利在哪裏？死亡！你的毒刺在哪裏？」死亡的毒刺就是罪過，罪過的權勢就是法律。感謝天主！祂藉我們的主耶穌基督賜我們獲得勝利。

對答詠

領：上主，我投靠了祢，
　　決不會永遠受辱。
答：上主…
領：我將因祢的仁慈歡欣踴躍。
答：決不會永遠受辱。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

或：

領：上主，
　　求祢因祢的仁慈賜給他們安息。
答：上主…
領：祢要降來，審判生者、死者。
答：賜給他們安息。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
　　起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：上主…

謝主曲對經：

凡父交給我的，必到我這裏來；而到我這裏來的，我決不把他拋到外邊。

復活期：
被釘死在十字架上的那一位已從死者中復活，拯救了我們，阿肋路亞。

禱詞

我們希望藉著主基督，改變我們卑賤的肉身，使之相似祂光榮的身體；我們要向祂高歌歡呼：

主，祢是我們的生命，我們的復活。

基督，生活天主之子，
祢從死者中復活了祢的朋友拉匝祿，
— 求祢使所有去世的人復活起來，享受生命與光榮。因爲他們是祢用寶血所救贖的。

基督，憂苦之慰，祢在拉匝祿、青年、少女死亡時，
仁慈的擦乾了他們親友的眼淚，
— 求祢安慰那些因親友去世而悲痛哭泣的人。

救主基督，罪惡給我們帶來了死亡，
— 求祢在我們有死的肉體內摧毀罪惡的統治，並使我們藉著祢而獲得永生。

救主基督，求祢垂視那些不認識祢，
而沒有望德的人，
— 使他們相信復活及來世的生命。

祢曾賞賜瞎子復明，使他們能瞻仰祢，
— 求祢使那些尚未獲得祢光明的亡者，得享見祢聖容的光輝。

祢讓我們現世的寓所、有一天終被拆毀，
— 求祢賜給我們那在天上、非人手所造的永久居處。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見晨禱*

夜禱　*見聖詠集主日夜禱。*

聖母慶節通用

第一晚禱

讚美詩　*亦可唱其他適當聖母歌*

1. 萬福童貞瑪利亞，　人類的希望，
　俯聽我們的呼求，　顯示慈母的心腸。
2. 罪惡的枷鎖沉重，　怎不顫慄驚慌？
　慈母速來解救，　心靈得以舒暢。
3. 助我遠離邪惡，　矢志追隨基督，
　使我身在塵世，　心繫天鄉。
4. 死亡的威脅可怕，　世俗誘惑使我徬徨，
　懇求天上慈母，　時刻伴隨身旁。
　基督，　祢生於童貞，　光榮歸於祢，
5. 偕父及聖神，　萬世無疆。　阿們。

聖詠一一二

對經一：
童貞瑪利亞，　你真是有福，　因為你懷孕了萬物的創造者(阿肋路亞)

上主的僕人，　請同聲讚頌，　※
讚頌上主的名。
　　願上主的名受讚美，　※
　　從現在直到永遠。
從日出到日落，　※
願上主的名受讚美。
　　上主超越列國萬邦，　※
　　祂的光榮凌駕穹蒼。
誰能與上主，　我們的天主相比？　※
祂從高處俯視諸天和大地，
　　把軟弱的人從塵埃裏救起，　※
　　把窮苦的人由糞土中高舉。
使他們與公卿同席，　※
與民間的縉紳並坐。
　　使那不妊的婦女安居家中，　※
　　成為多子的母親，　其樂融融。

聖詠一四七

對經二：
你生育了那創造你的，　而且永遠保持著童貞，(阿肋路亞)

耶路撒冷，你要讚頌上主！※
熙雍，你要讚頌你的天主！
因為祂鞏固了你的城門，※
降福了在你中間的子女。
也使你的四境平安，※
讓你飽饗上好的麥麵。
祂向大地發出自己的諭旨，※
祂的聖旨即刻迅速傳遞。
祂降雪有如羊毛，※
祂撒霜好似飛絮。
祂拋下冰雹好似碎石，※
祂發出寒氣，水便凝結；
祂一發言，冰塊即刻溶化，※
祂一噓氣，靜水立即流動。
祂將自己的旨意曉諭了雅格，※
把自己的誡律啓示給以色列。
祂沒有這樣恩待過任何國家，※
也從未向他們宣示過自己的律法。

聖歌 *弗一, 3-10*

對經三：
你是上主降福的女兒，我們透過你分享了生命的果實，（阿肋路亞）。

願天主，
我們的主耶穌基督的父受讚美，※
祂在天上，在基督內，
賜給我們各種屬神的福分；
因為祂在創世以前，
已在基督內簡選了我們，※
使我們在祂面前聖潔無瑕；
祂又出於愛心，按照自己的決意，+
藉耶穌基督預定了我們，※
成為祂的義子，而歸祂所有。
使人頌揚祂恩寵的光榮，※
這是祂在愛子內賜給我們的恩寵。
我們藉祂愛子的血，在祂愛子內，※
獲得了救贖和罪過的赦免。

天主把這恩寵
豐厚地傾注在我們身上， ※
賜給我們各種智慧和明達。
使我們知道祂旨意的奧秘， ※
這都是依照祂在愛子內所定的計劃。
按照祂的措施， 時期一滿， ※
就使上天下地的一切， 重歸於基督。

短讀經 *迦 四，4-5*

時期一滿， 天主就派遣祂的兒子來， 由女人所生， 生於法律之下， 爲把在法律之下的人贖出來， 使我們獲得義子的地位。

對答詠

復活期外

領： 瑪利亞， 你生了兒子，
你的童貞並無損傷。
答： 瑪利亞…
領： 天主之母， 請爲我們祈禱。
答： 你的童貞並無損傷。
領： 願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
起初如何， 今日亦然， 直到永遠。
答： 瑪利亞…

復活期

領： 瑪利亞， 你生了兒子， 你的童貞並無損傷， 阿肋路亞， 阿肋路亞。
答： 瑪利亞…
領： 天主之母， 請爲我們祈禱。
答： 阿肋路亞， 阿肋路亞。
領： 願光榮歸於父、 及子、 及聖神，
起初如何， 今日亦然， 直到永遠。
答： 瑪利亞…

謝主曲對經：

上主垂顧了我的卑微； 全能者在我身上行了大事，（阿肋路亞）。

或：

萬代的人都要稱我有福， 因為天主垂顧了祂卑微的婢女，（阿肋路亞）。

禱詞

第一式

全能的天父使祂聖子的母親瑪利亞世世代代受人稱揚，我們要熱烈的讚美祂，懇切的向祂祈禱：

求祢因滿被聖寵者的轉求，俯聽我們。

或：

求祢垂顧滿被聖寵者，並俯聽我們的祈禱。

天主，祢行了奇妙的事，
祢使無玷童貞瑪利亞肉身和靈魂都能分享基督天上的光榮，
— 求祢使祢子女的心靈也能嚮慕同樣的光榮。
祢將瑪利亞賜給我們，作我們的母親，
— 求祢因她的轉求，治愈懦弱的，安慰憂苦的，寬恕罪人，並賜給眾人救恩與平安。
祢曾使瑪利亞充滿恩寵，
— 求祢也賜給我們祢豐富的恩寵。
求祢使祢的教會一心一德，
在愛德中團結一致，
— 並使所有信徒同耶穌的母親瑪利亞，同心合意的專務祈禱。
祢立了瑪利亞為天上的母后，
— 求祢使所有去世的人在祢的國內，能與諸聖共享永福。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢今天寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

第二式

全能的天父使祂聖子的母親瑪利亞世世代代受人稱揚，我們要熱烈的讚美天父，懇切的向祂祈禱：

願滿被聖寵者為我們轉求。

或：

求祢垂顧滿被聖寵者，並俯聽我們的祈禱。

祢立了瑪利亞為慈祥的母親，
— 求祢使遭遇危難的人，能體驗到她的母愛。

祢曾使瑪利亞在耶穌和若瑟的家中成為主母，
— 求祢因她的轉求，使所有的家庭主婦，能在愛德和聖德上，力求進步。

祢曾使瑪利亞在十字架旁剛毅堅強，也曾使她在祢聖子復活時滿心喜悅，
— 求祢也安慰憂苦者，加強他們的希望。

祢曾使瑪利亞傾聽祢的聖言，作祢忠實的婢女，
— 求祢因她的轉求，使我們成為祢聖子的僕人和門徒。

祢立了瑪利亞為天上的母后，
— 求祢使所有去世的人在祢的國內，能與諸聖共享永福。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢今天寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞

見慶節本日，或無專用者時，見晨禱。

序經對經：

基督是瑪利亞之子，請大家前來朝拜(阿肋路亞)。

或：

在此童貞聖母瑪利亞的慶節，請向上主歡呼歌唱(阿肋路亞)。

晨　禱

讚美詩

1. 光榮的童貞聖母，你是世海的曉星，
   面對你的光輝，群星甘拜下風；

2. 身為受造物，　卻撫育了造物主，
　偉大的奧妙，　震撼人的心靈。
3. 厄娃失落的幸福，　藉你獨子的犧牲，
　重新降到人間，　充實信眾的生命。
4. 天國的大道開放，　領人直奔天廷，
　普世萬民，　振奮歡騰。
5. 你是上天的大門，　你是和平的途徑，
　藉你聖子的救贖，　萬民喜獲永生。
6. 光榮歸於父，　及子及聖神；
　三位開天恩，　使你滿被聖寵。　阿們。

對經一：
瑪利亞，　你真有福，　因為世界的救援由你而來；　你現在已經在上主面前安享光榮福樂；　求你為我們轉求你的聖子，（阿肋路亞）。

聖詠及聖歌見聖詠集第一週主日晨禱

對經二：
你是耶路撒冷的榮耀，　你是以色列的喜樂，　你是我們民族的大光榮，（阿肋路亞）。

對經三：
童貞瑪利亞，　你要常歡欣，　因為你堪當作救主基督的母親，（阿肋路亞）。

短讀經　*依六一，10*

　我要萬分喜樂於上主，　我的心靈要歡躍於我的天主，　因為祂給我穿上救恩的衣服，　給我披上義德的外衣，　使我有如頭戴花冠的新郎，　有如佩帶珍珠的新娘。

對答詠

復活期外

領：　天主簡選了她，　預先簡選了她，
答：　天主…
領：　使她居住在祂的帳幕裏。
答：　祂預先簡選了她。
領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
　　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
答：　天主…

復活期

領：　天主簡選了她，　預先簡選了她，
　　阿肋路亞，　阿肋路亞。
答：　天主…

領：使她居住在祂的帳幕裏，
答：阿肋路亞，阿肋路亞。
領：願光榮歸於父、及子、及聖神，
起初如何，今日亦然，直到永遠。
答：天主…

讚主曲對經：
樂園的門被厄娃給眾人關閉，却被童貞瑪利亞再度打開，（阿肋路亞）。

禱詞

第一式

我們的救主屈尊就卑，由童貞瑪利亞誕生，我們要歡欣慶祝，向祂祈禱：
主，請使祢的母親為我們轉求。
義德的太陽，祢使無玷貞女猶如燦爛的曙光，在祢面前出現，
— 求祢使我們常在祢的眷顧之下生活。
永恒的聖言，祢揀選了瑪利亞，
猶如不朽的約櫃，作爲祢的居所，
— 求祢救我們脫免罪惡的玷污。
我們的救主，祢被釘之時，
有祢的母親陪伴在十字架旁，
— 求祢因她的轉求，
使我們愉快的分擔祢的苦難。
至良善的耶穌，祢在十字架上，
曾將瑪利亞賜給了若望作母親，
— 求祢使我們在生活上表現出我們是她的子女。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢今天寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

第二式

我們的救主屈尊就卑，
由童貞瑪利亞誕生。
我們要歡欣慶祝，向祂祈禱：
主，請使祢的母親為我們轉求。

世界的救主，祢以祢救贖的功勞，預使祢的母親絲毫不受罪惡的玷污，
— 求祢也幫助我們避免犯罪，
保持心靈的純潔。
我們的救主，祢將無玷童貞瑪利亞，作爲祢最純潔的住所和聖神的宮殿，
— 求祢使我們成爲祢聖神永久居住的聖殿。
永恒的聖言，祢教導祢的母親，
爲自己選擇了最好的一份，
— 求祢使我們效法她，追求永生的食糧。
萬王之王，
祢使祢的母親肉身與靈魂同升天國，
— 求祢使我們常常思念天上的事。
天地的主宰，祢立瑪利亞爲母后，
位居祢的右邊，
— 求祢使我們也能分享同樣的光榮。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢今天寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

結束禱詞 *如無專用禱詞，可用以下禱詞之一*

將臨期

天主，祢決意通過天使傳報，使祢的聖言由童貞聖瑪利亞的淨胎成人；我們也確信她是天主的母親，求祢因她的轉求常常保祐我們。

聖誕期

天主，祢藉聖母童貞瑪利亞的懷孕生子，賜給人類一位救主；我們也藉她才堪當接受祢的聖子—生命的主宰，懇求祢使我們常能得到她代禱的幫助。

四旬期

天主，求祢寬恕我們的罪過；我們的行爲雖然不配得祢的歡心，但仰賴祢聖子，我們的主，基督之母的代禱，求祢賞賜我們救恩。

或：

上主，我們已由天使傳報，得知祢的聖子降生成人，求祢對我們廣施恩寵，使我們也能因祂的苦難與十字架，得到復活的光榮。

復活期

天主，祢既因祢的聖子、我們的主耶穌基督的復活，使世界歡欣鼓舞，求祢也因童貞瑪利亞的轉求，使我們獲得永生的喜樂。

或：

天主，祢曾將祢的聖神，賜給與聖母瑪利亞共同祈禱的使徒們；求祢也使我們藉著聖母的轉求，忠貞地侍奉祢，並能以言以行傳揚祢的聖名。

常年期

主，天主，求祢賞賜我們身心健康；並因終身童貞瑪利亞的轉禱，使我們今世脫免憂患，來生獲享永恒的福樂。

或：

仁慈的天主，求祢援助我們的軟弱，在這敬禮天主聖母的紀念日，因她的轉求，使我們擺脫罪惡的桎梏。

第二晚禱

讚美詩

1. 萬福海星，天主聖母，
   卒世童貞，天堂福門。
2. 天使口中，尊稱萬福，
   賜我平安，大地更新。
3. 解放囚犯，發瞶振聾。
   消災免禍，降福賜恩。
4. 顯示慈顏，為我轉求，
   有求必應，母子情深。
5. 溫良慈善，偉大童貞，
   除我罪污，復我純眞。
6. 世途艱險，伴我前進，
   與主同在，歡樂無盡。

7. 讚美聖父， 聖子聖神，
三位一體， 萬世同欽。 阿們。

聖詠 一二一

對經一：
萬福，瑪利亞，你充滿聖寵；主與你同在（阿肋路亞）。

我真高興，因為有人對我說：※
「我們進入上主的聖殿！」
耶路撒冷！我們的腳，※
已經進入你的門限。
耶路撒冷的確是一座京城，※
有雄偉的建築，整齊的市容。
各支派，
上主的各支派都湧向城中，※
按照以色列的慣例，稱頌上主的名。
這裏設有審判的寶座，※
就是達味宗室的寶座。
請為耶路撒冷祈求太平；※
願那喜愛你的人獲享安寧。
願你的城垣內永享和平，※
願你的保壘中常保安全。
為了我的弟兄和同伴，※
我要祝福說：「願平安常在你中間。」
為了上主我們天主的殿宇，※
我要祝福你萬事如意。

聖詠 一二六

對經二：
我是上主的婢女，願祢的旨意在我身上成全（阿肋路亞）。

若非上主興工建屋，※
建築的人徒然勞碌；
若非上主防守城堡，※
警醒護守也是徒勞。
縱然你清晨早起，※
深夜不眠，也徒然無益。
茹苦含辛，也僅得一飽；※
上主所愛的，卻毫無煩惱。

子女是上主恩賜的產業，※
兒孫承歡是祂的酬報。
　　年輕力壯所得的子嗣，※
　　有如勇士手中的箭矢；
裝滿箭囊的人確實有福，※
城門之前與敵相爭，決不受辱。

聖歌 *弗一，3-10*

對經三：
你在婦女中受讚頌，你的親子同受讚頌，（阿肋路亞）。

願天主，
我們的主耶穌基督的父受讚美，※
祂在天上，在基督內，
賜給我們各種屬神的福分；
　　因為祂在創世之前，
　　已在基督內簡選了我們，※
　　使我們在祂面前聖潔無瑕；
祂又出於愛心，按照自己的決意，+
藉耶穌基督預定了我們，※
成為祂的義子，而歸祂所有，
　　使人頌揚祂恩寵的光榮，※
　　這是祂在愛子內賜給我們的恩寵。
我們藉祂愛子的血，在祂愛子內，※
獲得了救贖和罪過的赦免。
　　天主把這恩寵
　　豐厚地傾注在我們身上，※
　　賜給我們各種智慧和明達。
使我們知道祂旨意的奧秘，※
這都是依照祂在愛子內所定的計劃。
　　按照祂的措施，時期一滿，※
　　就使上天下地的一切，重歸於基督。

短讀經 *迦四，4-5*

時期一滿，天主就派遣祂的兒子來，由女人所生，生於法律，為把在法律之下的人贖出來，使我們獲得義子的地位。

對答詠

復活期外

領：　萬福，　瑪利亞，　你充滿聖寵；
　　　主與你同在。
答：　萬福…
領：　你在婦女中受讚頌，
　　　你的親子同受讚頌。
答：　主與你同在。
領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
　　　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
答：　萬福…

復活期

領：　萬福，　瑪利亞，　你充滿聖寵；
　　　主與你同在，　阿肋路亞，　阿肋路亞。
答：　萬福…
領：　你在婦女中讚頌，
　　　你的親子同受讚頌。
答：　阿肋路亞，　阿肋路亞。
領：　願光榮歸於父、　及子、　及聖神，
　　　起初如何，　今日亦然，　直到永遠。
答：　萬福…

謝主曲對經：

瑪利亞，　你是有福的，　因為你相信了：　上主對你所說的一切都將在你身上成就，（阿肋路亞）。

禱詞

第一式

全能的天父使祂聖子的母親瑪利亞世世代代受人稱揚，　我們要熱烈的讚美天父，　懇切的向祂祈禱：

　求祢因滿被聖寵者的轉求，　俯聽我們。

　　或：

　求祢垂顧滿被聖寵者，　並俯聽我們的祈禱。

天主，　祢行了奇妙的事，
祢使無玷童貞瑪利亞，
肉身和靈魂都能分享基督天上的光榮，
— 求祢使祢子女的心靈也能嚮慕同樣的光榮。
祢將瑪利亞賜給我們，　作我們的母親，

— 求祢因她的轉求，治愈懦弱的，安慰憂苦的，寬恕罪人，並賜給衆人救恩與平安。

祢曾使瑪利亞充滿恩寵，

— 求祢也賜給我們祢豐富的恩寵。

求祢使祢的教會一心一德，

在愛德中團結一致，

— 並使信友們同耶穌的母親瑪利亞，同心合意的專務祈禱。

祢立了瑪利亞爲天上的母后，

— 求祢使所有去世的人在祢的國內，能與諸聖共享永福。

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上；求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢今天寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於凶惡。

第二式

全能的天父使祂聖子的母親瑪利亞世世代代受人稱揚。我們要熱烈的讚美天父，懇切的向祂祈禱：

滿被聖寵者，請為我們轉求。

或：

求祢垂顧滿被聖寵者，並俯聽我們的祈禱。

祢立了瑪利亞爲慈祥的母親，

— 求祢使遭遇危難的人，能體驗到她的母愛。

祢曾使瑪利亞在耶穌和若瑟的家中成爲主母，

— 求祢因她的轉求，使所有的家庭主婦，能在愛德和望德上，力求進步。

祢曾使瑪利亞在十字架旁剛毅堅強，

也曾使她在祢聖子復活時，滿心喜悅，

— 求祢也安慰憂苦者，加強他們的希望。

祢曾使瑪利亞傾聽祢的聖言，

作祢忠實的婢女，

— 求祢因她的轉求，
　使我們成為祢聖子的僕人和門徒。
祢立了瑪利亞為天上的母后，
— 求祢使所有去世的人，　在祢的國內，
　能與諸聖共享永福。

我們的天父，　願祢的名受顯揚；　願祢的國來臨；　願祢的旨意奉行在人間，　如同在天上；　求祢今天賞給我們日用的食糧；　求祢今天寬恕我們的罪過，　如同我們寬恕別人一樣；　不要讓我們陷於誘惑，　但救我們免於凶惡。

結束禱詞　*見晨禱*